Food Sense **Wales**
Synnwyr Bwyd **Cymru**

Part of Cardiff & Vale Health Charity, RCN 1056544

Adroddiad Effaith

2018 - 2021

Cynnwys

Adran 1
Cyflwyniad

3
Cefndir

3
Gwerthoedd

5
Cwrdd â'r tîm

Adran 2
Rhaglenni rydym yn eu darparu

6
Bwyd Caerdydd

10
Dewch at eich Gilydd Bwyd am Oes

13
Pys Plîs

16
Nerth Bwyd

19
Lleoedd Bwyd Cynaliadwy

Adran 3
Rhaglenni rydym yn eu cefnogi

21
Rhaglen Gwella'r Gwyliau'r Ysgol

22
'Children's Future Food Inquiry' yn arwain at ymgyrch 'Children's Right to Food'

24
Nerth Llysiau

Adran 4
Gwaith Polisi ac Eiriolaeth

26
Cynghrair Polisi Bwyd Cymru

28
Aelodaeth o Fyrddau a Grwpiau

Adran 5
Camau Nesaf

30
Llamu mewn i 2021/2022

32 Termau

Cyflwyniad

Synnwyr Bwyd Cymru:
Cyd-greu system fwyd i Gymru sydd o les i bobl ac i'r blaned.

Mae Synnwyr Bwyd Cymru yn gweithio gyda chymunedau, sefydliadau, llunwyr polisi a'r Llywodraeth ar draws Cymru i greu system bwyd a ffermio sydd o les i bobl ac i'r blaned. Rydym am ddylanwadu ac effeithio ar sut mae bwyd yn cael ei gynhyrchu a'i fwyta yng Nghymru, er mwyn sicrhau bod bwyd, ffermio a physgodfeydd cynaliadwy wrth wraidd system fwyd gyfiawn, gysylltiedig a llewyrchus.

I gyflawni hyn, credwn y dylai'r amgylchedd, iechyd a lles, cyfiawnder cymdeithasol, a'r economi gael eu hintegreiddio ym mhob meddylfryd polisi yng Nghymru.

Credwn y gellir cyflawni'r dull "bwyd ym mhob polisi" hwn drwy gyfrwng ymchwil, cydweithredu traws-sector a thrwy ysgogi dinasyddion a rhanddeiliaid fel rhan o "Fudiad Bwyd Da Cymru".

Drwy gyflwyno nifer o raglenni cysylltiedig â bwyd ar draws Cymru – llawer fel rhan o bartneriaethau'r DU – mae Synnwyr Bwyd Cymru yn helpu i gynyddu cyfranogiad, ymwybyddiaeth ac ymgysylltiad â pholisïau a gweithgareddau sy'n gysylltiedig â bwyd. Mae Synnwyr Bwyd Cymru yn dilyn dull systemau o ymdrin â bwyd a ffermio, gan feithrin perthnasoedd gwaith cryf â sefydliadau cyhoeddus, preifat a chymdeithas sifil sy'n gweithredu yn y gofod bwyd yng Nghymru a'r DU ac yn ei groestorri.

Mae Synnwyr Bwyd Cymru yn gronfa o fewn Elusen Iechyd Caerdydd a'r Fro ac yn cael ei chynnal gan dîm Iechyd Cyhoeddus Caerdydd a'r Fro.

Cardiff & Vale HealthCharity
ElusenIechyd Caerdydd a'r Fro

GIG Cymru NHS Wales – Iechyd Cyhoeddus Cymru / Public Health Wales

GIG Cymru NHS Wales – Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro / Cardiff and Vale University Health Board

Gwerthoedd:

Trwy weithgareddau a gwaith eiriolaeth, mae Synnwyr Bwyd Cymru yn hyrwyddo:

1. **Cydweithio** Meithrin perthynas waith a strategol gadarnhaol gyda chyfranogwyr ac asiantau eraill, yng Nghymru ac ar draws y DU, gan ein galluogi i helpu i lunio a chyd-greu system fwyd fwy cynaliadwy a llewyrchus i'n cenedl gan ddefnyddio dull cyfannol – gan ailadrodd pwysigrwydd ystyried y system fwyd fel un system gyfan.
2. **Cynhwysiant** Dod â chymunedau o ddiddordeb ynghyd o bob rhan o Gymru; cael gwared ar rwystrau a stigma, a mynd ati i annog cyfranogiad yn ein prosiectau, ein rhaglenni a'n hymgyrchoedd.
3. **Uniondeb** Hyrwyddo dyfodol teg, cyfiawn a llewyrchus i Gymru a'i phobl; yn benderfynol o sicrhau bod gan bawb o bob oed yng Nghymru fynediad urddasol at fwyd iach o safon.
4. **Ystwythder** Bod yn ymatebol i newidiadau mewn cymdeithas yn ogystal ag unrhyw newidiadau i feysydd polisi y mae bwyd a systemau bwyd yn berthnasol iddynt; bod yn chwim ac yn barod i weithredu i wneud gwahaniaeth i fywydau pobl.

5. Symbyliad Ysbrydoli a dylanwadu ar bobl a chymunedau ar draws Cymru i ymgysylltu â bwyd; codi ymwybyddiaeth o faterion bwyd a hyrwyddo gweithgareddau arloesol sy'n gysylltiedig â bwyd i symbylu a thyfu Mudiad Bwyd Da yng Nghymru.

Sefydlwyd Synnwyr Bwyd Cymru yn 2018 gan adeiladu ar lwyddiant Bwyd Caerdydd. Fe'i sefydlwyd i yrru'r un dull cyfannol, traws-sector ar gyfer y system fwyd y mae Bwyd Caerdydd yn ei feithrin, ond gan weithredu ar lefel genedlaethol. Fe'n cynhelir gan Iechyd Cyhoeddus Cymru ac Elusen Iechyd Caerdydd a'r Fro, ac rydym wedi tyfu o un i dîm o bump. Rydym hefyd yn ffodus i gael cefnogaeth gan amrywiaeth o bartneriaid cyllido – gan gynnwys Cronfa Gymunedol y Loteri Genedlaethol a'r Esmée Fairbairn Foundation– a diolchwn o waelod calon i bob un ohonynt am eu cymorth parhaus.

Mae Synnwyr Bwyd Cymru yn arwain ar bedair o raglenni gwaith mawr y DU yng Nghymru; mae gennym gynrychiolaeth ar ddau fwrdd Gweinidogol; rydym yn un o aelodau sefydlu Cynghrair Polisi Bwyd Cymru; yn aelodau gweithredol o'r Gynghrair Gwrth-dlodi ac yn parhau i gefnogi datblygiad y rhaglen Gwella Gwyliau'r Ysgol (a luniwyd trwy bartneriaeth Bwyd Caerdydd yn 2015) yn eistedd ar Grŵp Cynghori Cymdeithas Llywodraeth Leol Cymru (CLlLC).

Wrth i ni fyfyrio yn yr adroddiad hwn ar yr hyn rydym wedi'i gyflawni hyd yma, mae maint yr her o'n blaenau yn amlwg. Mae llawer i'w wneud, ond mae awydd anniwall hefyd gan y rhai sy'n gweithio yn system fwyd Cymru i yrru'r newid sydd ei angen ar ein cymunedau a'n planed. Fel tîm rydym yn teimlo'n freintiedig iawn i fod yn gweithio mewn gofod, yng Nghymru a gyda'n rhanddeiliaid yn y DU, lle mae cymaint o angerdd, egni a chymhelliant di-baid yn arwain at obaith a newid – waeth pa mor fawr yw'r her.

Wrth inni symud i mewn i 2021, byddwn yn parhau i eirioli dros weledigaeth ar y cyd ar gyfer Bwyd yng Nghymru – un sy'n cysylltu cynhyrchu, cyflenwi a bwyta er budd pobl a'r blaned. Byddwn yn adeiladu ar ein gwaith rhaglennol yn datblygu atebion a'r sylfaen dystiolaeth wrth i ni fynd. Byddwn yn parhau i gefnogi'r gwaith o ddatblygu'r isadeiledd sydd ei angen yng Nghymru i wneud ein system fwyd y fwyaf cynaliadwy yn y byd a byddwn yn rhan o'r ymchwydd sy'n dod i'r amlwg ym Mudiad Bwyd Da Cymru.

Tîm Synnwyr Bwyd Cymru

Katie Palmer

Rheolwr Rhaglen – Synnwyr Bwyd Cymru

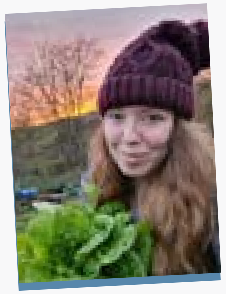
Katie yw Rheolwr Rhaglen Synnwyr Bwyd Cymru. Mae gan Katie MSc mewn Maetheg o Kings College, Llundain ac mewn Polisi Bwyd o City University. Mae hi'n gweithio ym maes bwyd ers dros 20 mlynedd, ac mae ganddi brofiad yn y sector preifat (Volac International), y trydydd sector a'r sector cyhoeddus (gan gynnwys 6 blynedd ar Bwyllgor Cynghori ar Fwyd Cymru yr Asiantaeth Safonau Bwyd).

Ar hyn o bryd mae Katie yn aelod o Fwrdd Diwydiant Bwyd a Diod Cymru; Bwrdd Gweithredu Pwysau Iach, Cymru Iach ac mae'n un o aelodau sefydlu Bwrdd Nerth Llysiau. Mae hi hefyd yn eistedd ar Grŵp Cynghori Rhaglen Gwella Gwyliau'r Ysgol CLlLC ac roedd yn un o'r tîm o bedwar a greodd y rhaglen Bwyd a Hwyl, a enillodd sawl gwobr, yng Nghaerdydd yn 2015.

Pearl Costello

Cydlynydd Lleoedd Bwyd Cynaliadwy – Bwyd Caerdydd

Mae Pearl yn un sy'n ysgogi newid o blaid cynaliadwyedd ac mae'n arwain rhaglen Dinas Bwyd Cynaliadwy Caerdydd trwy Fwyd Caerdydd. Mae Pearl hefyd yn eistedd ar Fwrdd Prosiect Pys Plîs i gefnogi gweithredu'n lleol trwy Dinasoedd Llysiau ac i hwyluso a grymuso llais pobl ar lysiau.



Bu Pearl yn arwain rhaglen uchelgeisiol a thrawsnewidiol ar gynaliadwyedd yn y Brifysgol Amaethyddol Frenhinol, gan ennill sawl gwobr gan gynnwys Gwobr Prifysgol y Guardian am Brosiect Cynaliadwyedd yn 2016. Hefyd, datblygodd raglenni arloesol ar ymgysylltu a newid ymddygiad gydag Undeb Cenedlaethol y Myfyrwyr. Mae ganddi radd BSc Dosbarth Cyntaf mewn Bioleg Forol ac Ecoleg Gymdeithasol (arbenigodd mewn ymddygiad anifeiliaid) a gradd MSc (Rhagoriaeth) mewn Dylunio Amgylcheddol Adeiladau (arbenigodd mewn ymddygiad pobl). Mae hi hefyd yn Aelod Ymarferydd o'r Sefydliad Rheolaeth ac Asesu Amgylcheddol.

Louise Shute

Rheolwr Rhaglen – ***Dewch at Eich Gilydd Bwyd am Oes***

Mae Louise yn Rheolwr Rhaglen profiadol sydd â gwybodaeth o'r sector iechyd, tai, elusennol ac addysg. Hi yw Rheolwr Rhaglen Cymru ar gyfer Dewch at Eich Gilydd Bwyd am Oes, sy'n golygu gweithio gyda chymunedau a rhanddeiliaid y system fwyd ar draws Cymru a'r DU. Mae hi'n mwynhau cyd-ddylunio dulliau arloesol i sicrhau bod bwyd da yn hygyrch i bawb.

Siân-Elin Davies

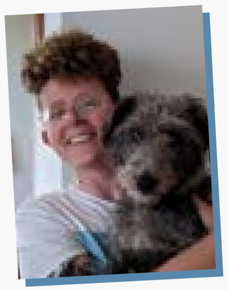
Rheolwr Cyfathrebu ac Ymgysylltu – ***Synnwyr Bwyd Cymru***

Ymunodd Siân-Elin â Synnwyr Bwyd Cymru ym mis Hydref 2020 fel Rheolwr Cyfathrebu ac Ymgysylltu. Ar ôl gweithio ym meysydd Cyfathrebu, Cysylltiadau Cyhoeddus a Digwyddiadau am dros ugain mlynedd, yn fwyaf diweddar bu'n gweithio fel Prif Swyddog Cyfathrebu a Chysylltiadau Cyhoeddus ym Mhrifysgol Cymru Y Drindod Dewi Sant. Cyn ei hamser yn sector y Brifysgol treuliodd Siân-Elin chwe blynedd fel Cynhyrchydd Digwyddiadau gyda BBC Cymru a chyn hynny mwynhaodd sawl blwyddyn fel Swyddog y Wasg gydag ITV Cymru. Dechreuodd Siân-Elin ei gyrfa yn gweithio i gwmni Theatr na n'Og fel Swyddog Marchnata a Chysylltiadau Cyhoeddus, ac mae hi yr un mor angerddol heddiw ag yr oedd hi bryd hynny ynglŷn ag ymgysylltu a chyfathrebu â chymunedau a chynulleidfaoedd amrywiol mewn ffyrdd creadigol, perthnasol ac arloesol.

Bron Davies

Swyddog Prosiect – ***Synnwyr Bwyd Cymru***

Ymunodd Bron â'r tîm ym mis Medi 2020 fel Swyddog Prosiect. Cyn hyn roedd yn gweithio yn niwydiant y celfyddydau, yn gyntaf fel cynorthwyydd i Ŵyl y Llais, ac yna fel Cynhyrchydd Cynorthwyol yng Nghanolfan Mileniwm Cymru lle buodd yn curadu nifer o osodiadau celf ar raddfa fawr. Yn blentyn i ffermwr defaid yn Ne Cymru efallai mai hon yw ei swydd gyntaf yn y sector bwyd, ond mae'n gyffrous ac yn chwilfrydig i weld sut y gallai'r dirwedd fwyd newid yng Nghymru.

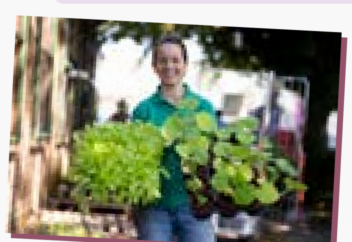


Rhaglenni rydym yn eu darparu

Bwyd Caerdydd: Un o aelodau sefydlu'r Rhwydwaith Lleoedd Bwyd Cynaliadwy (Sustain, Cymdeithas y Pridd, Bwyd o Bwys)

Mae Bwyd Caerdydd yn credu bod y bwyd rydyn ni'n ei fwyta yn cael effaith aruthrol ar fywyd yng Nghaerdydd – nid yn unig ar iechyd pobl, ond ar gymunedau a busnesau, ffermwyr unigol, a'r amgylchedd hefyd.

Mae bwyd da yn creu cymunedau cryf, iach a chydnerth. Mae'n gweithredu fel canolbwynt ar gyfer cysylltu pobl a phrosiectau sy'n gweithio i hyrwyddo bwyd iach, cynaliadwy a moesegol; yn gweithredu fel llais dros newid ehangach yn ogystal â bod yn gatalydd ar gyfer newid y system fwyd leol yng Nghaerdydd.



Yn ystod y ddwy flynedd ddiwethaf mae **Bwyd Caerdydd** wedi datblygu ymhellach ac wedi tyfu'n sylweddol ac mae ei effaith ar y ddinas gyfan bellach yn amlwg iawn. Dyma rai o'r uchafbwyntiau niferus:

Ym mis Medi 2019, llwyddodd **Bwyd Caerdydd** i adnewyddu ei **Wobr Efydd Lleoedd Bwyd Cynaliadwy**, gan barhau â'i draddodiad hir o fentrau arloesol ac ysbrydoledig. Yn un o aelodau sefydlu'r Rhwydwaith Dinasoedd Bwyd Cynaliadwy, mae **Bwyd Caerdydd** wedi arwain y ffordd ar gyfer y prosiect yng Nghymru, gan ddylunio a threialu amrywiaeth eang o fentrau sydd wedi'u cyflwyno'n llwyddiannus ar draws y ddinas ac, mewn sawl achos, ar draws Cymru.

Ym mis Tachwedd 2019, cyhoeddodd Cyngor Caerdydd ei fod yn gweithredu Strategaeth Fwyd newydd, gyda **Bwyd Caerdydd** yn chwarae rhan annatod yn y gwaith o'i datblygu. Nod y strategaeth yw dathlu diwylliant bwyd Caerdydd; mynd i'r afael â materion iechyd ac anghydraddoldeb; cyfrannu at leihau ôl troed carbon y ddinas a, thrwy **Fwyd Caerdydd**, mae'n gweithio i helpu'r ddinas i gyflawni Statws Dinas Gynaliadwy Arian ac, yn y pen draw, Aur.

Pan fu'n rhaid i'r DU roi cyfyngiadau symud ar waith yn sgil pandemig Covid-19 ym mis Mawrth 2020, gweithredodd **Bwyd Caerdydd** yn gyflym i gynnull **Tasglu Covid** yn cynnwys partneriaid o bob rhan o'r ddinas i gefnogi pobl agored i niwed ac i hyrwyddo'r newidiadau cadarnhaol. Daeth **Bwyd Caerdydd** â chyfranogwyr ac asiantau o bob rhan o'r ddinas ynghyd i ffurfio Grŵp Gorchwyl Ymateb Bwyd Covid-19, a sefydlodd rwydwaith o Sefydliadau Angor a Phartneriaid Ymateb Bwyd. Roedd aelodau'r Grŵp yn cynnwys Cyngor Caerdydd, Cyngor 3ydd Sector Caerdydd, FareShare Cymru, Trussell Trust a Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro. Roedd **Bwyd Caerdydd** hefyd yn allweddol yn y gwaith o ddatblygu hwb gwybodaeth ar-lein newydd am fwyd i gysylltu mentrau. Darllenwch fwy yn **Adroddiad Ymateb Bwyd Covid-19** Bwyd Caerdydd.

Efallai bod y pandemig coronafirws wedi tarfu ar y cadwyni cyflenwi bwyd arferol ond fe wnaeth Tyfu Gyda'n Gilydd Caerdydd, prosiect ar draws y ddinas a hwyluswyd gan Fwyd Caerdydd, helpu miloedd o deuluoedd yn y ddinas i dyfu eu bwyd eu hunain gartref.

Dosbarthwyd bron i 14,000 o blanhigion, hadau a phecynnau tyfu i deuluoedd ar draws Caerdydd a daeth tîm o 70 o wirfoddolwyr o 16 grŵp cymunedol ynghyd i helpu i dyfu a dosbarthu planhigion a hadau i dros 3,000 o aelwydydd, cartrefi gofal a banciau bwyd. Fe wnaethant hefyd ddysgu pobl sut i wneud eu bwyd eu hunain gyda dosbarthiadau ar-lein.

O ganlyniad i Dyfu gyda'n Gilydd Caerdydd, llwyddodd **Bwyd Caerdydd** i ennill cyllid gwerth £7,200 i gyflwyno Gŵyl yr Hydref. Bu Bwyd Caerdydd hefyd yn gweithio gyda **Ffermydd a Gerddi Cymdeithasol** a **Grow Cardiff** i wneud cais am gyllid Pawb a'i Le y Loteri am 3 blynedd i gefnogi rôl cydlynydd Caerdydd Fwytadwy am 2 ddiwrnod yr wythnos, yn ogystal â chyllid ar gyfer gŵyl flynyddol Tyfu'r Gwanwyn.

Yn ystod hydref 2020, cymerodd miloedd o bobl ar draws Caerdydd rhan yng **Ngŵyl yr Hydref** gyntaf **Bwyd Da Caerdydd**, a gynhaliwyd gan Bwyd Caerdydd. Trefnodd grwpiau cymunedol, gerddi, busnesau lleol ac ysgolion 45 o ddigwyddiadau a gweithgareddau yn ystod y ddau fis olaf a ddenodd tua 4,000 o fynychwyr ac a ddosbarthodd dros 5,000 o blanhigion llysiau a dyfwyd gan Feithrinfeydd Parc Bute Cyngor Caerdydd i annog pobl i ddechrau tyfu gartref. Datblygodd Bwyd Caerdydd becyn cymorth i gefnogi grwpiau cymunedol gyda chynllunio a hyrwyddo digwyddiadau sy'n ddiogel o ran Covid. Gall unrhyw grwpiau bwyd a thyfu lawrlwytho a defnyddio'r canllaw hwn yn rhad ac am ddim **yma**.

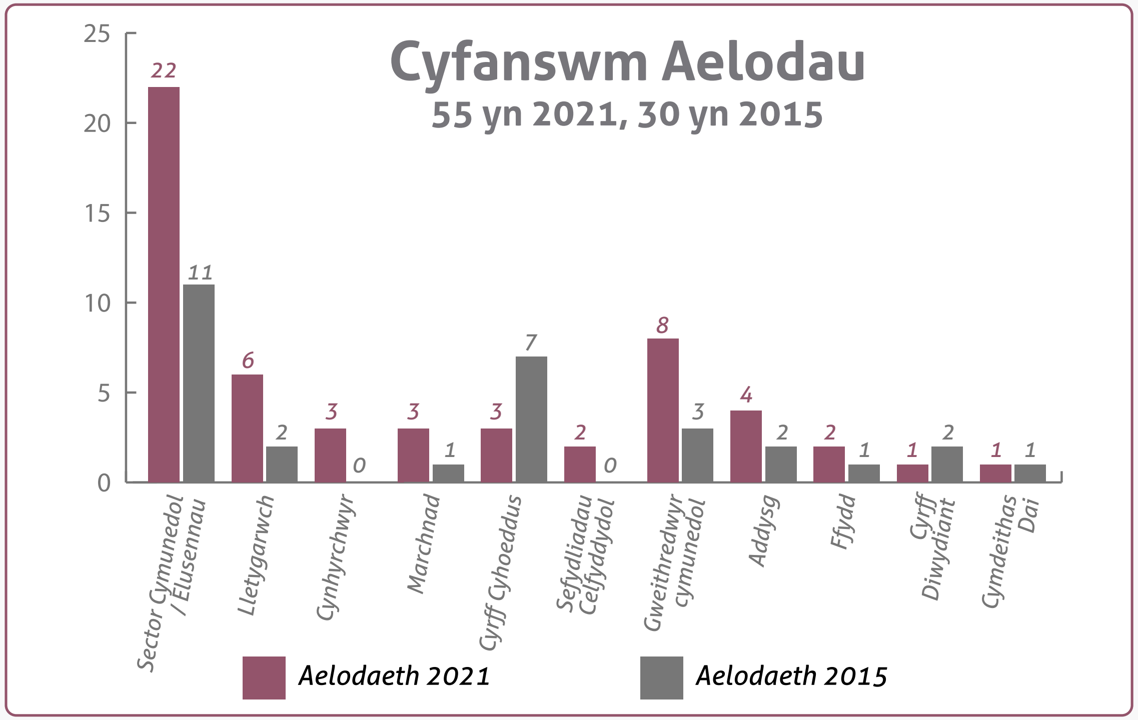
Y Camau nesaf

- **Strategaeth:** Bydd **Bwyd Caerdydd** yn cyhoeddi ei strategaeth 3 blynedd ddrafft ym mis Ebrill ar ôl cynnal proses ymgynghori lawn. Bydd y drafft yn cynnwys canfyddiadau a thrafodaethau a ddeilliodd o ddigwyddiad diweddar Cynulliad y Bobl yr oedd **Bwyd Caerdydd** yn bartner allweddol wrth ei gyflwyno. Trefnwyd Cynulliad y Bobl gan dîm o bartneriaid strategol – gan gynnwys Sefydliad Lleoedd Cynaliadwy Prifysgol Caerdydd – ac fe'i cynhaliwyd ym mis Tachwedd 2020. Mynychodd bron i 70 o bobl y drafodaeth ar-lein lle bu cynrychiolwyr yn archwilio'r newidiadau allweddol sydd eu hangen yn ogystal â'r heriau sy'n wynebu'r system fwyd ym Mhrifddinas-Ranbarth Caerdydd. Cyhoeddwyd canfyddiadau Cynulliad y Bobl fel **adroddiad** ac maent hefyd wedi'u cyflwyno yn y **fideo** hwn ac wedi mynd ymlaen i helpu i lywio sylfaen strategaeth Bwyd Caerdydd.

- **Partneriaeth Bwyd Caerdydd:** Mae'r bartneriaeth wedi gweld twf sylweddol yn ystod y chwe blynedd diwethaf, a ddangosir yn y graff canlynol. Er bod y graff yn dangos dirywiad yn aelodaeth cyrff cyhoeddus, mewn gwirionedd, yn 2021, mae Bwyd Caerdydd yn parhau i weithio gyda'r 7 aelod corff cyhoeddus, ond dim ond 3 ohonynt sy'n aelodau yng Nghaerdydd (yn hytrach na rhai gyda ffocws cenedlaethol).

- Mae **Bwyd Caerdydd** nawr yn cychwyn ar gam nesaf ei daith wrth iddo weithio tuag at ennill statws Arian ac, yn y pen draw, Aur ar gyfer Lleoedd Bwyd Cynaliadwy. Er mwyn cyflawni hyn, mae **Bwyd Caerdydd** yn y broses o recriwtio grŵp amrywiol ac ysbrydoledig o bobl i eistedd ar ei Fwrdd Strategaeth.

- Mae **Bwyd Caerdydd** wedi sicrhau dros £192,200 yn 2020 o 7 ffrwd ariannu wahanol. Mae'r cyllid hwn yn parhau i gael ei fuddsoddi yn ystod 2021 yn y bartneriaeth, mewn gweithgareddau prosiect ac mewn ymchwil a seilwaith bwyd cynaliadwy yng Nghaerdydd.



Astudiaeth Achos

Mae Dewch at Eich Gilydd Bwyd Am Oes a Bwyd Caerdydd yn gweithio mewn partneriaeth i gyflawni 'Tyfu Gyda'n Gilydd'.

Mewn ymateb i Covid-19, addasodd **Dewch at Eich Gilydd Bwyd am Oes** ei gynnig grant bach i ddarparu grantiau o £1000 i alluogi cymunedau i ymateb yn gyflym er mwyn cefnogi pobl i gael gafael ar fwyd. Yng Nghaerdydd, gwnaeth pedwar sefydliad gais i ddarparu pecynnau tyfu a chynghorion tyfu i bobl mewn gwahanol rannau o'r ddinas. Nododd Louise Shute, Rheolwr Rhaglen Cymru ar gyfer **Dewch at Eich Gilydd Bwyd am Oes**, y potensial ar gyfer cyfuno'r prosiectau hyn ac edrychodd ar sut y gallai **Bwyd Caerdydd** gefnogi gyda'r cydweithredu. O'r trafodaethau cychwynnol gyda Pearl Costello, Cydlynydd Dinas Bwyd Cynaliadwy ar gyfer **Bwyd Caerdydd**, nodwyd bod sefydliadau eraill hefyd yn cynllunio gweithgareddau tebyg, gyda rhai ohonynt wedi derbyn cyllid gan sefydliadau eraill. Trwy gydweithredu a gweithio mewn partneriaeth yn effeithiol, fe wnaethant gyflwyno Tyfu Gyda'n Gilydd Caerdydd, gan ymgysylltu â nifer enfawr o deuluoedd ac aelwydydd, ac annog cyfranogiad ar draws y ddinas.

Ysbrydoli pobl i dyfu bwyd ar draws y ddinas

Dosbarthwyd bron i 14,000 o blanhigion, hadau a phecynnau tyfu i deuluoedd ar draws Caerdydd yn ystod y cyfnod clo i annog pobl i dyfu eu llysiau a'u ffrwythau eu hunain gartref.

Daeth tîm o 70 o wirfoddolwyr o 16 o grwpiau cymunedol ynghyd i helpu i dyfu a dosbarthu planhigion a hadau i dros 3,000 o aelwydydd, cartrefi gofal a banciau bwyd. Fe wnaethant hefyd ddysgu pobl sut i ofalu am y bwyd a dyfant ac i gynnal hynny gyda 31 o wahanol ddosbarthiadau ar-lein. Roedd rhai o'r gweithgareddau'n cynnwys sut i goginio gyda'r bwyd a dyfwyd, gan gynnwys 4 wythnos o dyfu salad a arweiniodd at greu pryd o fwyd gan ddefnyddio'r cynnyrch.

Roedd 75% o'r bobl a ymgysylltodd â'r prosiect heb dyfu bwyd erioed o'r blaen. Roedd llawer ohonynt heb ardd ac roeddent bellach yn gallu tyfu bwyd ar silffoedd ffenestri, balconïau ac mewn ardaloedd cymunedol.

Effaith

Helpodd Tyfu Gyda'n Gilydd Caerdydd bobl i ddysgu sgiliau newydd ar yr un pryd â chynyddu faint o gynnyrch ffres oedd ar gael i bobl. Arweiniodd hefyd at gynnydd mewn lles yn ystod cyfnod clo anodd. Mae cyfranogwyr y prosiect wedi parhau i ymgysylltu â'r sefydliadau a gymerodd ran, a chefnogodd un sefydliad 100 o deuluoedd ar grŵp WhatsApp yn rhannu cynghorion tyfu.

Adeiladu ar y momentwm

Yn sgil y prosiect defnyddiodd amrywiaeth o grwpiau fwy ar feithrinfeydd Parc Bute. Cefnogodd hyn ran o gais cyllido Caerdydd Fwytadwy a fu'n llwyddiannus ers hynny. Yn sgil sylw cadarnhaol yn y cyfryngau, cafwyd cyllid ar gyfer Gŵyl Hydref Bwyd Da Caerdydd i adeiladu ar y momentwm a grëwyd. Cysylltodd cyllidwyr â Bwyd Caerdydd i weld sut gallai Tyfu Gyda'n Gilydd Caerdydd esblygu, a ganwyd Gŵyl yr Hydref. Mae Caerdydd Fwytadwy bellach yn adeiladu ar y gwaith hwn gyda Gŵyl Tyfu'r Gwanwyn ar draws y ddinas yn 2021.

Dewch at Eich Gilydd Bwyd am Oes

Dan arweiniad Cymdeithas y Pridd ac wedi'i ariannu trwy Gronfa Gymunedol y Loteri Genedlaethol.

Mae Dewch at Eich Gilydd Bwyd am Oes yn rhaglen o weithgareddau cymunedol rheolaidd sy'n cysylltu pobl o bob oed a chefndir trwy dyfu, coginio a rhannu bwyd da. Mae'n un o raglenni 4 blynedd Cronfa Gymunedol y Loteri Genedlaethol, a ddechreuodd ym mis Mehefin 2019, yn cael ei harwain gan elusen Bwyd am Oes Cymdeithas y Pridd a'i chyflwyno yng Nghymru trwy Synnwyr Bwyd Cymru.

Mae **Dewch at Eich Gilydd Bwyd am Oes** yn cefnogi lleoliadau trwy eu hysbrydoli i gymryd rhan a thrwy gynnig ystod o adnoddau, ryseitiau, hyfforddiant, awgrymiadau cynllunio digwyddiadau, grantiau bach a chyfleoedd cyllido. Dyma rai o gyflawniadau allweddol **Dewch at Eich Gilydd Bwyd am Oes** ers sefydlu'r rhaglen yng Nghymru:

Mae **Dewch at Eich Gilydd Bwyd am Oes** wedi comisiynu partneriaid lleol i helpu i ddarparu gweithgareddau a phrofi dulliau arloesol er mwyn rhannu arfer gorau a meithrin capasiti trefnwyr cymunedol eraill.

Gan weithio'n bennaf ar draws 3 ardal Bwrdd Iechyd – Caerdydd a'r Fro, Aneurin Bevan a Betsi Cadwaladr – mae'r rhaglen wedi cael cefnogaeth gan ddietegwyr ym mhob un o'r ardaloedd hynny, gan helpu i gyflwyno gweithgareddau a chynnwys priodol sy'n addas ar gyfer y cymunedau y maent yn gweithredu ynddynt.

Er gwaethaf pandemig Covid-19, cyflawnodd **Dewch at Eich Gilydd Bwyd am Oes** yng Nghymru y rhan fwyaf o'r Dangosyddion Perfformiad Allweddol a byddent hefyd wedi rhagori arnynt pe na bai llawer o ddigwyddiadau wedi'u gohirio a / neu eu canslo. Treuliodd y tîm amser yn ymgynghori â chymunedau ac yn addasu cynnig y rhaglen fel y gallai gyflwyno gweithgareddau â phellter cymdeithasol ac ar-lein lle bo hynny'n bosibl. Symudwyd hefyd oddi wrth fod yn gwbl rhyng-genhedlaeth a thuag at ryngweithio ac ymgysylltu yn y cartref, yn hytrach na bod yn ddigwyddiadau wyneb yn wyneb dan arweiniad y gymuned.

Ers ei sefydlu, mae **Dewch at Eich Gilydd Bwyd am Oes** yng Nghymru wedi mynd ati i ymgysylltu â chymunedau amrywiol a difreintiedig, gyda 54% o weithgaredd y rhaglen yng Nghymru yn cael ei ddarparu yn y 30% uchaf o ardaloedd difreintiedig y wlad.

Hanner ffordd drwy Flwyddyn 2, ac er gwaethaf heriau a chyfyngiadau pellach, mae pob un o **bartneriaid lleol Dewch at Eich Gilydd Bwyd am Oes** yn parhau i ddarparu gweithgareddau ac rydym wedi gweld gwaith ysbrydoledig o leoliadau ar hyd a lled Cymru, gan gynnwys bagiau ryseitiau, digwyddiadau tyfu a rhannu bwyd a sesiynau cyd-goginio rhithiol. Mae **Dewch at Eich Gilydd Bwyd am Oes** hefyd wedi cryfhau ei bartneriaethau strategol gan gynnwys gyda dietegwyr, awdurdodau lleol yn ogystal â rhaglenni eraill a ddarperir gan **Synnwyr Bwyd Cymru**.

Mae **Dewch at Eich Gilydd Bwyd am Oes** wedi comisiynu 7 o bartneriaid lleol ac wedi dyfarnu hanner cant o grantiau o £150 i gymunedau ar hyd a lled Cymru. Mae'r rhaglen hefyd wedi cyflwyno hyfforddiant ar Sgiliau Maeth am Oes, Tyfu Bwyd yn ogystal â chynnig gweithgareddau rhyng-genhedlaeth. Er mwyn dwyn ynghyd holl randdeiliaid allweddol a phartneriaid lleol **Dewch at Eich Gilydd Bwyd am Oes** yng Nghymru, sefydlwyd grŵp llywio ac mae'r rhaglen wedi darparu rhith-rwydweithiau ar draws 3 ardal y byrddau iechyd. Mae **Dewch at Eich Gilydd Bwyd am Oes** hefyd i'w weld yn y cynllun Symud Mwy Bwyta'n Dda.

Wrth i ni ddechrau ar Flwyddyn 2 y prosiect yng Nghymru, bydd **Dewch at Eich Gilydd Bwyd am Oes** yn canolbwyntio ar ddigwyddiadau tyfu Plannu a Rhannu yn y Gwanwyn yn ogystal â'r Cinio Mawr ym mis Mehefin.

Mae **Dewch at Eich Gilydd Bwyd am Oes** bellach yn edrych ar waddol y rhaglen ym Mlynyddoedd 3 a 4 ac mae'n datblygu academi a fydd yn meithrin gallu trefnwyr cymunedol i ddod yn llysgenhadon 'Bwyd Da' yn eu cymunedau. Mae'r rhaglen hefyd wedi penodi Swyddog Polisi a Dylanwadu fel rhan o dîm **Dewch at Eich Gilydd Bwyd am Oes** ar draws y DU a fydd hefyd yn helpu i gefnogi'r gwaith o ddatblygu cysylltiadau strategol yng Nghymru.

Y prif Ddangosyddion Perfformiad Allweddol a gyflawnwyd gan Dewch at Eich Gilydd Bwyd am Oes yng Nghymru hyd yn hyn yw:

Canlyniad	Cyfanswm hyd yma
Lleoliadau'n cael gwybodaeth a deunyddiau arfer gorau	1,796
Paru/cyfeirio/cefnogaeth wedi'i roi	140
Arweinwyr digwyddiadau'n cofrestru digwyddiad/ gweithgareddau (digwyddiadau Dewch at eich Gilydd go iawn)	111

Astudiaeth Achos

Dewch at Eich Gilydd Bwyd Am Oes mewn partneriaeth â Dietegwyr Byrddau Iechyd

Mae gan **Dewch at Eich Gilydd Bwyd am Oes** yng Nghymru bartneriaeth unigryw â dieteg yn y tair ardal Bwrdd Iechyd y mae'n gweithredu ynddynt – Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro, Bwrdd Iechyd Aneurin Bevan a Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr.

Maent wedi cefnogi'r rhaglen o'r cychwyn cyntaf ac wedi bod yn gyflym i addasu a chymryd rhan mewn byrddau rhaglenni partner parhaus. Fel rhanddeiliaid allweddol, maent yn cynghori ar amrywiol elfennau o **Dewch at Eich Gilydd Bwyd am Oes** yng Nghymru megis adnoddau bwyd a maeth ar sail tystiolaeth a hyfforddiant achrededig i sicrhau bod y rhaglen yn cysylltu â'r ddarpariaeth bresennol. Fe wnaethant fynychu hyfforddiant rhyng-genhedlaeth ar y cyd â threfnwyr cymunedol a chynghori ar y cynnwys ar gyfer y canllaw rhyng-genhedlaeth i fwyd da sy'n un o ddogfennau allweddol y rhaglen.

Maent hefyd wedi bod yn allweddol wrth ehangu'r gwaith a rhannu arfer gorau trwy eu rhwydweithiau a'u cysylltiadau cymunedol, yn enwedig yn yr ardaloedd sy'n newydd i **Synnwyr Bwyd Cymru** a Chymdeithas y Pridd. Mae gan bob ardal bwrdd iechyd ddietegydd arweiniol ac mae'r tîm ehangach wedi cymryd rhan i gefnogi arweinwyr digwyddiadau **Dewch at Eich Gilydd Bwyd am Oes**. Mae hyn yn cynnwys cynghori lleoliadau ar syniadau am fwyd iach ar gyfer digwyddiadau coginio a rhannu a helpu i gynllunio a mynychu digwyddiadau.

Cyfarfu partneriaid lleol **Dewch at Eich Gilydd Bwyd am Oes** â dietegwyr ym mhob ardal yn eu cyfarfod ymsefydlu i'r rhaglen ac maent wedi parhau i feithrin cysylltiadau a chyrchu cymorth mewn grwpiau llywio a rhwydweithiau rhithwir. Mae hyn wedi arwain at gydweithredu ar gynigion cyllido llwyddiannus i ehangu prosiectau bwyd iach a datblygu cynnwys ar-lein newydd i ddiwallu anghenion cymunedau. Mae partneriaid lleol wedi mynychu **Sgiliau Maeth am Oes™** ac maent yn defnyddio'r sgiliau hyn i adeiladu capasiti yn eu sefydliadau eu hunain a thrwy wirfoddolwyr i ehangu mynediad at gyrsiau a mentrau maeth a choginio yn eu cymunedau.

Pys Plîs

Partneriaeth y DU dan arweiniad y Food Foundation ac wedi'i hariannu trwy Gronfa Gymunedol y Loteri Genedlaethol.

Mae Pys Plîs yn fenter ar draws y DU sydd â chenhadaeth glir iawn: ei gwneud hi'n haws i bawb yn y DU fwyta mwy o lysiau.

Synnwyr Bwyd Cymru sy'n arwain ar waith Pys Plîs yng Nghymru ac mae'n ymgysylltu â chyfranogwyr ac asiantau ar draws y system fwyd i helpu i achosi newid mewn diet ac i fynd i'r afael â'r arafu yn niferoedd y llysiau a fwytawn. Partneriaid eraill y prosiect ar draws y DU sy'n ymwneud â'r fenter hon yw The Food Foundation, Nourish Scotland, Food NI a Belfast Food Network.

Gan ganolbwyntio'n benodol ar lysiau, mae **Pys Plîs** yn dod â ffermwyr, cyflenwyr, manwerthwyr, cadwyni bwytai, arlwywyr, proseswyr ac adrannau'r llywodraeth ynghyd gyda'r nod cyffredin o'i gwneud hi'n haws i bawb fwyta llysiau.

Mae **Pys Plîs** yn gwella'r ysgogiadau ar hyd y gadwyn gyflenwi sydd â'r potensial i gynyddu'r defnydd o lysiau mewn modd cynaliadwy ac mae'n cydnabod nad yw rhaglenni addysg, hyd yma, wedi cael yr effaith a ddymunwyd. Felly mae'r prosiect hwn yn canolbwyntio ar y cyfoeth o gyfleoedd sydd yn y gadwyn gyflenwi i wella cymeriant llysiau.

Dyma rai o uchafbwyntiau'r prosiect:

Dathlodd Adroddiad Cynnydd Pys Plîs 2020 bod **162 miliwn** o ddognau ychwanegol cronnus o lysiau wedi cael eu gweini neu eu gwerthu ers sefydlu'r rhaglen yn 2017.

Er bod hwn yn ystadegyn trawiadol, mae angen i ni barhau i wneud mwy gan fod y gyfradd yr ydym yn cynyddu cyfanswm cronnus o ddognau wedi arafu o'i chymharu â'r cynnydd a adroddwyd yn adroddiad cynnydd Pys Plîs 2019.

Mae data gan Kantar hefyd yn dangos bod y cynnydd yn y sector manwerthu wedi arafu, gyda chyfran ganrannol gwerthiannau manwerthu nwyddau'r DU sydd yn llysiau i lawr 0.1% ar 2018 – 2019, er gwaethaf y cynnydd mawr yng ngwerthiant cyffredinol bwyd a diod yn y sector manwerthu yn dilyn cau'r sector Allan o'r Cartref ym mis Mawrth 2020.

Ar draws y DU, mae 95 o Sefydliadau eisoes wedi gwneud addunedd i chwarae eu rhan i helpu pawb ym Mhrydain i fwyta dogn ychwanegol o lysiau bob dydd. Gelwir yr addunedau hyn yn Addunedau Llysiau. Yng Nghymru, rydym ar hyn o bryd yn rheoli 8 o addunedwyr cenedlaethol, 24 adduned leol trwy Fwyd Caerdydd a'r 25 o addunedwyr Dinas llysiau mewn partneriaeth â Sustain/ Lleoedd Bwyd Cynaliadwy. Un enghraifft yw Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro sy'n parhau i arloesi gyda'i safonau manwerthu a bwytai iach a'i fwyty blaenllaw Y Gegin yn ogystal â stondin llysiau yn yr ysbyty.

Mae **Pys Plîs** wedi recriwtio 170 o bobl o bob rhan o'r DU i ddod yn Hyrwyddwyr Llysiau, gan weithio fel asiantau newid unigol yn eu cymunedau lleol a helpu i yrru'r newidiadau enfawr sydd eu hangen yn ein hymgais i gael pawb i fwyta mwy o lysiau. Mae 21 o unigolion o bob rhan o Gymru eisoes wedi ymrwymo i ddod yn Hyrwyddwyr Llysiau gyda mwy yn parhau i gofrestru i fod yn rhan o'r cynllun.

Cafodd **Adroddiad cyntaf Llysiau'r Bobl 2021** ei gyhoeddi'n ddiweddar yn archwilio profiadau pobl o gael mynediad at ffrwythau a llysiau yn ystod y cyfnod clo Covid-19 cyntaf a'r hyn a ddwedwyd sydd angen ei wneud i gynyddu faint o lysiau sy'n cael eu bwyta ac, yn y pen draw, i wella ein hiechyd.

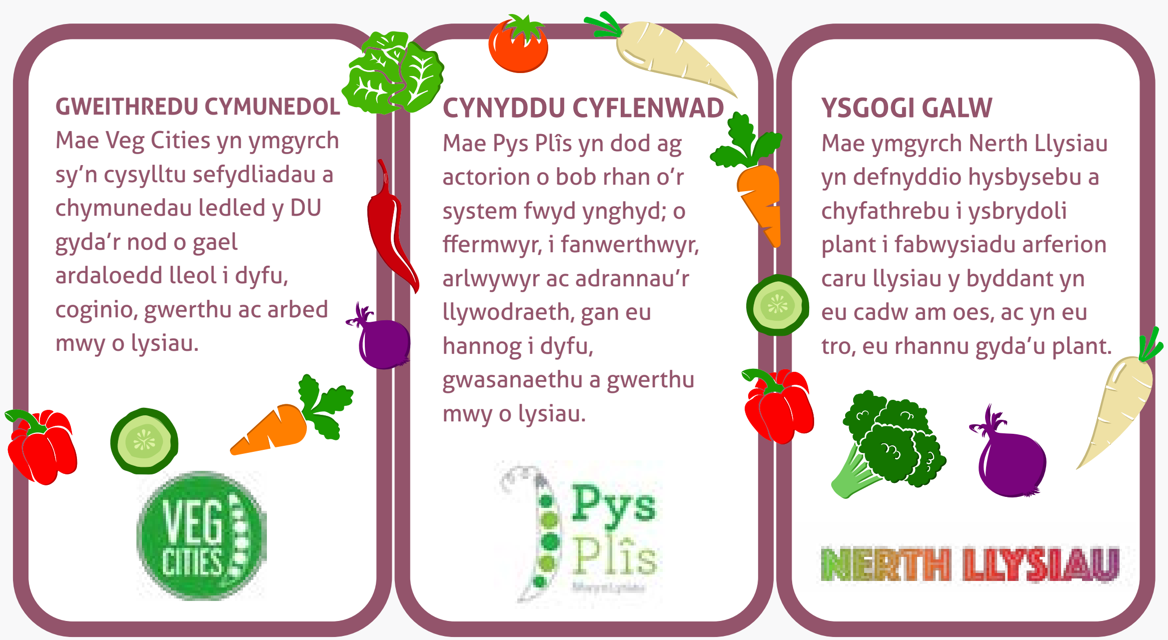
Ym mis Rhagfyr 2020, dyfarnodd **Synnwyr Bwyd Cymru**, ynghyd â'i bartneriaid **Ffermydd a Gerddi Cymdeithasol**, bum grant rhwng £2500 a £5000 i gynorthwyo busnesau garddwriaethol bwytadwy llai sy'n gweithredu yng Nghymru. Mae'r grantiau cyfalaf bach hyn yn cael eu darparu fel rhan o brosiect **Pys Plîs** ac maent yn cael eu rhedeg gan Synnwyr Bwyd Cymru mewn partneriaeth â Ffermydd a Gerddi Cymdeithasol. Mae'r cyllid hwn ar gael i ymchwilio a threialu'r gwahaniaeth y gall buddsoddiadau cyfalaf bach ei wneud i fusnesau garddwriaeth bach. Caiff cynnydd y prosiectau ei olrhain trwy gydol 2021 a chaiff canfyddiadau'r ymchwil eu cyhoeddi ym mis Rhagfyr.

Cyd-greodd Bwyd Caerdydd yr ymgyrch **Dinasoedd Llysiau** gyda **Sustainable Food Places** fel rhan o fenter ehangach Pys Plîs, ac mae bellach yn un o brif ymgyrchoedd Lleoedd Bwyd Cynaliadwy gyda 25 o leoedd ar draws y DU yn gweithredu i gynyddu'r defnydd o lysiau. Yng Nghymru, cyhoeddwyd Caerdydd yn Ddinas Llysiau yn 2017, a roddodd strwythur ymbarél ar gyfer llawer o'r gwaith bwyd anhygoel sy'n cael ei ddatblygu yn y ddinas. Fel rhan o ymgyrch Dinasoedd Llysiau Bwyd Caerdydd, mae 38 o sefydliadau wedi cofrestru ar ddangosfwrdd Dinasoedd Llysiau; mae 24 wedi gwneud addunedau ac amcangyfrifir y bydd 123,000 dogn ychwanegol o lysiau yn cael eu gweini bob blwyddyn yng Nghaerdydd os cyflawnir yr holl addunedau hynny. Mae bwytai wedi bod yn gweithio ar y cyd, er enghraifft ar leihau **gwastraff llysiau** ac mae **Marchnadoedd Ffermwyr** wedi bod yn ehangu eu cynnig llysiau a'u lleoliadau marchnad. O 2019 ymlaen, roedd plant yn ysgolion Caerdydd hefyd yn derbyn dogn ychwanegol o lysiau gyda'u cinio heb unrhyw gost ychwanegol.

Mae **Synnwyr Bwyd Cymru** hefyd yn cefnogi gwaith Nerth Llysiau yng Nghymru, menter a sefydlwyd yn 2018 o ganlyniad i waith Pys Plîs mewn ymgais i gynyddu faint o lysiau mae plant yn eu bwyta yn y DU.

Mae Synnwyr Bwyd Cymru nawr yn edrych ymlaen at ymgysylltu â'r sector bwyd ehangach yng Nghymru i hyrwyddo gwaith menter Pys Plîs ac i helpu i yrru'r newid hwnnw.

Gallwch ddod o hyd i ragor o wybodaeth am Fframwaith Ymrwymiadau Pys Plîs **yma**.



**Mae'r darlun hwn yn dangos sut mae Pys Plîs, Dinasoedd Llysiau a Nerth Llysiau yn gweithio gyda'i gilydd i gyflawni'r nod cyffredinol o annog pobl i fwyta mwy o lysiau.*

Astudiaeth Achos

Addunedydd Pys Plîs, Lantra, yn cefnogi Garddwriaeth yng Nghymru

Un o addunedwyr Pys Plîs yng Nghymru yw Lantra, ar ran **Tyfu Cymru**, sydd wedi **gwneud adduned** i gynhyrchu Cynllun Gweithredu ar gyfer Garddwriaeth Fasnachol i Lywodraeth Cymru. Bydd hyn yn edrych ar sut y gallwn amddiffyn ond hefyd ddatblygu a thyfu'r diwydiant garddwriaeth yng Nghymru mewn ffordd arloesol a chynaliadwy.

Dan arweiniad Tyfu Cymru, prosiect a reolir gan Lantra, a chyda chyllid gan gynllun Datblygu Cadwyni Cyflenwi a Chydweithio Llywodraeth Cymru, mae'r Cynllun Gweithredu hwn ar gyfer Cymru yn amlinellu dull aml-randdeiliad, cadwyn gyflenwi gyfan i ddatblygu a chynnal cynhyrchiad masnachol cynnyrch garddwriaethol bwytadwy ac addurnol yng Nghymru yn y tymor hir.

Mae hybu ffermio garddwriaeth yn allweddol i gynlluniau Llywodraeth Cymru i ddod allan o'r pandemig coronafirws ac fe'i nodir gan eu Tasglu Adferiad Gwyrdd fel llwybr i symud Cymru yn gyflymach i economi carbon isel a chenedl iachach, fwy cyfartal. Mae'r Cynllun Gweithredu hwn ar gyfer Diwydiant Garddwriaeth Fasnachol yng Nghymru yn darparu map ffordd ac yn argymell camau i'w hadeiladu yn unol ag amcanion strategol Llywodraeth Cymru.

Mae'r adduned benodol hon i Pys Plîs yn tynnu ar brofiad Lantra o ddatblygu'r sgiliau sy'n angenrheidiol i wella capasiti a gallu'r diwydiant. Ei nod yw cynyddu cyflawniadau profedig a fydd yn parhau i fod o fudd i fusnesau garddwriaeth Cymru. Mae hefyd yn ymateb i anghenion uniongyrchol ac yn cynnig arweinyddiaeth i arfogi busnesau â'r wybodaeth a'r sgiliau ymarferol ar gyfer twf gwyrdd a chynhwysol a gefnogir gan ymchwil gymhwysol a defnydd priodol ar dechnoleg.

Nod adduned Lantra yw:

1. Canfod anghenion sgiliau busnesau garddwriaeth fasnachol Cymru ac yna cynnig hyfforddiant a datblygiad sgiliau i'r sector er mwyn galluogi busnesau i fod yn fwy cynhyrchiol, proffidiol a pharod ar gyfer yr heriau sydd o'u blaenau.
2. Paratoi tyfwyr a chwmnïau garddwriaeth sy'n eiddo i gynhyrchwyr ar draws Cymru i addasu i heriau masnachol a'u rhoi yn y lle gorau posibl i fanteisio ar gyfleoedd marchnad ar gyfer datblygu a thyfu eu busnesau.
3. Sicrhau bod marchnadoedd presennol yn cael eu gwarchod a bod modd manteisio ar farchnadoedd sy'n datblygu.

NERTH BWYD

Dan arweiniad Sustain a Church Action on Poverty, wedi'i ariannu gan Gronfa Gymunedol y Loteri Genedlaethol.

Mae Nerth Bwyd yn gweithio gyda chymunedau lleol ar draws y DU i gryfhau eu gallu i leihau tlodi bwyd a mynd i'r afael â'i achosion sylfaenol.

Gweithiodd Synnwyr Bwyd Cymru gyda Sustain a Church Action on Poverty fel rhan o gais llwyddiannus i Loteri Fawr y DU, fel adweinid hi gynt (Cronfa Gymunedol y Loteri Genedlaethol bellach) i ddatblygu atebion i dlodi bwyd trwy gynghreiriau lleol a newid drwy bŵer pobl. Ers mis Rhagfyr 2017, mae Synnwyr Bwyd Cymru wedi bod yn gyfrifol am gydlynu a datblygu cynghreiriau yng Nghymru mewn contract partneriaeth gwerth £20,000 dros 4 blynedd. Mae'r gyd-gefnogaeth, y dysgu, trawsffrwythloni syniadau a'r cyfleoedd cyllido pellach sydd wedi dod i'r amlwg o ganlyniad i fod yn rhan o'r rhwydwaith hwn ar draws y DU wedi bod yn amhrisiadwy. Cynhaliwyd cynhadledd gyntaf Nerth Bwyd yng Nghaerdydd ym mis Mehefin 2018 gyda mynychwyr o dros 44 o bartneriaethau ledled y DU a chafwyd prif anerchiad gan y Gweinidog dros Gyllid a Llywodraeth Leol (ar y pryd). Yn ystod y gynhadledd hon y lansiodd Bwyd Caerdydd ei Gynllun Gweithredu Building Resilience.

Dyma rai o uchafbwyntiau prosiectau Nerth Bwyd yng Nghymru:

Gyda chefnogaeth wedi'i sicrhau trwy Nerth Bwyd, lansiwyd nifer o gynghreiriau ar draws Cymru, gan gynnwys Cynghrair Tlodi Bwyd Gogledd Cymru; Cynghrair Tlodi Bwyd De Cymru; Cynghrair Tlodi Bwyd Caerdydd, Cynghrair Bwyd Merthyr a Bwyd Da Sir y Fflint.

Gyda chyllid wedi'i sicrhau gan Nerth Bwyd, cynhaliodd Oxfam Cymru – gyda chefnogaeth gan Synnwyr Bwyd Cymru – Gynghrair Tlodi Bwyd De Cymru. Lansiwyd "Tlodi Bwyd yn Ne Cymru: Galwad i Weithredu" sy'n manylu ar nifer o ganfyddiadau yn deillio o waith mapio cydweithredol y grŵp ar draws De Cymru. Gwnaeth y ddogfen gyfres o argymhellion i Lywodraeth Cymru ar gyfer mynd i'r afael â thlodi bwyd ac fe'i hanfonwyd at Brif Weithredwyr ac Arweinwyr Cynghorau yn rhanbarth De Cymru. Cynhaliwyd cyfarfodydd gyda nifer o awdurdodau lleol i drafod data penodol i'w hardaloedd lleol, gan gynnwys Abertawe, Castell-nedd Port Talbot, Bro Morgannwg, Abertawe, Blaenau Gwent a Chyngor Tref Pontypridd o fewn RhCT.

Mae pobl yng Nghaerdydd bellach yn gallu cael gafael ar fwyd iach fforddiadwy, diolch i brosiect a gychwynnwyd gan Gynghrair Tlodi Bwyd Caerdydd. Sefydlodd ACE (Action in Caerau & Ely) y Dusty Forge Pantry ym mis Gorffennaf 2019, sy'n cael ei redeg a'i ddefnyddio gan bobl sy'n byw yn ardaloedd Trelái a'r Caerau yng Nghaerdydd. Mae'r prosiect yn rhan o rwydwaith Your Local Pantry a hwn oedd y cyntaf o'i fath yng Nghymru. Bellach mae gan Gaerdydd rwydwaith o dri phantri gyda Wyndham Street Pantry yn agor ym mis Mai 2020 a Llanrumney Hall Pantry wedi agor ym mis Medi 2020.

Ar ôl cynnal darn o ymchwil i gyfraddau derbyn a photensial gwario talebau Cychwyn Iach, daeth yn amlwg bod ymwybyddiaeth o'r cynllun yn isel gyda rhai staff rheng flaen. Trwy weithio mewn partneriaeth â Thîm Iechyd Cyhoeddus Caerdydd a'r Fro, Tîm Cyngor Ariannol Cyngor Caerdydd a thîm dieteg Bwrdd Ysbyty Prifysgol Caerdydd a'r Fro, datblygodd Cynghrair Tlodi Bwyd Caerdydd **becyn hyfforddi** i gefnogi staff rheng flaen i godi ymwybyddiaeth a chyfraddau defnyddio cynlluniau bwyd, gan ddilyn dull hyfforddi'r hyfforddwr i sicrhau'r cyrhaeddiad mwyaf posibl. Mae hwn bellach yn cael ei ddatblygu fel modiwl digidol yn y Rhaglen Sgiliau Maeth am Oes yn genedlaethol ar draws Cymru.

Ym mis Rhagfyr 2020, derbyniodd Cynghrair Tlodi Bwyd Caerdydd **werth £17,000 o gyllid** i gefnogi plant a theuluoedd sydd mewn perygl o ansicrwydd bwyd yn ystod y pandemig coronafirws, fel rhan o'r fenter Nerth Bwyd ar gyfer Cenhedlaeth Covid. Bydd yr arian a dderbynnir yn cael ei ddefnyddio i hyfforddi a chefnogi gwirfoddolwyr cymunedol i goginio a danfon prydau maethlon wedi'u coginio ymlaen llaw i deuluoedd bregus yng Nghaerdydd – gan gynnwys cinio Nadolig. Bydd 100 o becynnau prydau wedi'u coginio ymlaen llaw yn cael eu paratoi a'u dosbarthu bob wythnos, gan gefnogi cyfanswm o 200 o deuluoedd yn ystod y tri mis nesaf. Bydd yr arian hwn hefyd yn caniatáu i SRCDC ac ACE weithio ochr yn ochr ag aelodau eraill y Gynghrair i ddarparu amrywiaeth o gefnogaeth ychwanegol i deuluoedd, gan gynnwys dillad i deuluoedd trwy gyfnewidfeydd gwisg ysgol; creu bwndeli ar gyfer plant a darparu meithrinfeydd symudol a dosbarthiadau rhieni a phlant dan 5 oed. Byddant hefyd yn cyfeirio at wasanaethau cynghori, yn rhoi cymorth iechyd meddwl yn ogystal â chynnig cefnogaeth gyda grantiau; cynnig tabledi am ddim ar gyfer y rhai sydd wedi'u heithrio'n ddigidol, a darparu gweithgareddau ymarfer corff a lles. Bydd grwpiau cymorth cymheiriaid, gwasanaethau ffonio ffrind a phrosiectau garddio a thyfu yn cael eu cynnig, a chaiff amrywiaeth o weithgareddau eraill, o grwpiau dysgu teuluol creadigol i gaffis iaith, eu darparu hefyd.

Yn ystod 2020, cyflwynodd Bwyd Caerdydd gyfres o dri gweithdy ar gyfer grwpiau sydd â diddordeb mewn sefydlu "prosiectau manwerthu bwyd cymunedol" fel pantris, cydweithfeydd a chlybiau bwyd. Cofrestrodd bron i 100 o bobl a chawsant fynediad i'r recordiadau, y mwyafrif helaeth o Gymru. Mynychodd oddeutu 30 o bobl bob sesiwn.

Trwy Nerth Bwyd, cefnogodd Synnwyr Bwyd Cymru y prosiect ymchwil a ariennir gan UKRI – **Food Vulnerability During Covid** – a fapiodd ac a fonitrodd ymatebion gan fynd i'r afael â phryderon ynghylch mynediad annigonol at fwyd yn ystod argyfwng COVID-19 ar draws y DU. Rhoddodd Abertawe a Bwyd Caerdydd Bwyd dystiolaeth allweddol i hyn.

Astudiaeth Achos

Nerth Bwyd a Chynghrair Tlodi Bwyd De Cymru

Yn ystod 2018, helpodd Synnwyr Bwyd Cymru i sicrhau cyllid gan Nerth Bwyd a alluogodd Oxfam Cymru i gynnull, cynnal a chadeirio **Cynghrair Tlodi Bwyd De Cymru**. Fel un o'i chamau cyntaf, cytunodd aelodau'r Gynghrair y byddai'n hynod werthfawr dod â'r holl ddata ynghylch bwyd a thlodi ynghyd ar lefel awdurdodau lleol.

Defnyddiwyd yr adroddiad mapio dilynol a gyhoeddwyd yn 2019 i ymgysylltu ag awdurdodau lleol er mwyn darlunio rhai o'r canfyddiadau ar lefel awdurdodau lleol. Cyfarfu Synnwyr Bwyd Cymru â Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan a Phrif Weithredwr Tai Calon fel cynrychiolwyr Bwrdd Gwasanaethau Cyhoeddus Blaenau Gwent i fynd trwy ddata tlodi bwyd sy'n benodol i Flaenau Gwent.

Cynrychiolwyr o Synnwyr Bwyd Cymru, Oxfam Cymru a Menu for Change a drefnodd y digwyddiad rhanddeiliaid.

Penderfynodd y Bwrdd Iechyd, Tai Calon a'r partneriaid wneud gwaith mapio asedau pellach, a rhoi achos at ei gilydd dros waith Bwyd Cynaliadwy i'w gyflwyno i'r Bwrdd Gwasanaethau Cyhoeddus, gyda'r nod o dynnu sylw at broblem tlodi bwyd ym Mlaenau Gwent. Daeth yr adroddiad ag amrywiaeth o dystiolaeth ynghyd ar raddfa ac effaith tlodi bwyd ar draws ardal awdurdod lleol Blaenau Gwent a phwysleisiodd rai o'r mentrau presennol sy'n ceisio mynd i'r afael â'r broblem. Yn unol â Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol, gwnaeth yr adroddiad argymhellion ar gyfer dull rhaglen fwyd gynaliadwy o atal tlodi bwyd.

Fel ymateb uniongyrchol i'r gwaith hwn, trefnodd Synnwyr Bwyd ynghyd ag Oxfam Cymru a Menu for Change ddigwyddiad ar gyfer dros 40 o randdeiliaid â diddordeb o bob rhan o ardaloedd Blaenau Gwent, Torfaen, Merthyr Tudful a Rhondda Cynon Taf, a gynhaliwyd gan Tai Calon ym Mlaenau Gwent.

Fe wnaeth y digwyddiad alluogi cynrychiolwyr o awdurdodau lleol, banciau bwyd yn ogystal â sefydliadau cymunedol eraill i drafod sut y gellid cymhwyso canlyniadau a'r hyn a ddysgwyd gan A Menu for Change yn Ne Cymru.

Amlygwyd sawl thema allweddol yn ystod y drafodaeth, gan gynnwys:

- **nodi pwysigrwydd dull seiliedig ar le**
- **roi llais profiad byw wrth galon unrhyw ymateb**
- **yr angen i nodi lle gall pobl gael gafael ar gyngor a'r angen i wneud y lleoedd hynny'n ddiogel**
- **yr angen i gynyddu lefelau ymddiriedaeth yn y cyngor a roddir gan awdurdodau**
- **archwilio beth ellir ei wneud yn y sector busnes, e.e. cefnogi busnesau newydd**
- **gweithio gydag awdurdodau lleol i fynd i'r afael â gwastraff bwyd**
- **mynd i'r afael â'r angen brys am waith da yn yr ardal**
- **helpu pobl sy'n wynebu tlodi mewn gwaith**
- **lleihau'r angen am fanciau bwyd.**

O ganlyniad i'r digwyddiad hwn a'r gwaith a ymchwiliwyd ac a gyflwynwyd gan Gynghrair Tlodi Bwyd De Cymru, mae prosiectau o ardaloedd awdurdodau lleol Rhondda Cynon Taf a Blaenau Gwent wedi ennill momentwm ac wedi sicrhau cyllid i symud ymlaen gyda dull **Lleoedd Bwyd Cynaliadwy**. Mae **Rhaglen Bwyd Cynaliadwy** Blaenau Gwent yn brosiect a noddir gan y Bwrdd Gwasanaethau Cyhoeddus sy'n cynnwys Cymdeithas Tai Calon, Cyngor Bwrdeistref Sirol Blaenau Gwent, Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan, Cyfoeth Naturiol Cymru, a sefydliadau fel GAVO a banciau bwyd. Bydd yn ymuno â'r garfan o 3 lle newydd arall yng Nghymru ac ar y cyd â Bwyd y Fro a Bwyd Caerdydd, bydd yn helpu i ddatblygu rhwydwaith a dull Lleoedd Bwyd Cynaliadwy yng Nghymru.

Lleoedd Bwyd Cynaliadwy

Lleoedd Bwyd Cynaliadwy (Dinasoedd Bwyd Cynaliadwy gynt) yw un o'r mudiadau cymdeithasol sy'n tyfu gyflymaf heddiw ac rydym yn falch iawn bod Bwyd Caerdydd yn un o'i aelodau sefydlu. Mae ei rwydwaith yn dwyn ynghyd bartneriaethau bwyd arloesol o drefi, dinasoedd, bwrdeistrefi, rhanbarthau a siroedd ar hyd a lled y DU sy'n symbylu arloesedd ac arfer gorau ar bob agwedd ar fwyd iach a chynaliadwy.

Yn rhaglen partneriaeth ar draws y DU, caiff Lleoedd Bwyd Cynaliadwy ei arwain gan Gymdeithas y Pridd, Food Matters a Sustain: y gynghrair dros fwyd a ffermio gwell, ac fe'i hariennir gan Esmée Fairbairn Foundation a Chronfa Gymunedol y Loteri Genedlaethol.

Synnwyr Bwyd Cymru yw partner cenedlaethol Llefydd Bwyd Cynaliadwy yng Nghymru ac mae ganddo uchelgais i weld partneriaeth fwyd ym mhob awdurdod lleol yng Nghymru, gan greu rhwydwaith a fyddai'n sylfaen ar gyfer datblygu'r weledigaeth, yr isadeiledd a'r gweithredu sydd eu hangen i wneud system fwyd Cymru yn addas ar gyfer Cenedlaethau'r Dyfodol.

Dyma rai o lwyddiannau allweddol y rhaglen hyd yma; yr ysgogiadau allweddol ar gyfer ei ddatblygiad a nodau Synnwyr Bwyd Cymru ar gyfer y rhaglen yng Nghymru:

Mae Synnwyr Bwyd Cymru yn parhau i gefnogi'r gwaith parhaus o ddatblygu a thyfu **Bwyd Caerdydd**, yn ogystal â chefnogi datblygiad **Bwyd y Fro**, a sefydlwyd yn fwy diweddar. Mae'r ddau yn cyflawni gwaith cydweithredol effeithiol ar fwyd yn eu hardaloedd.

Fel un o aelodau sefydlu Lleoedd Bwyd Cynaliadwy ac un o'i leoedd cyntaf yn y DU, arweiniodd partneriaeth draws-sector arloesol **Bwyd Caerdydd** at ddatblygu'r **Rhaglen Gwella Gwyliau'r Ysgol**, gan ddangos pŵer gweithio ar y cyd yn seiliedig ar le i alluogi mynediad at fwyd da, iach, cynaliadwy, fforddiadwy a blasus.

Ym mis Chwefror 2021, cyhoeddwyd y byddai Synnwyr Bwyd Cymru yn cefnogi'r gwaith o ddatblygu pedwar yn fwy o Leoedd Bwyd Cynaliadwy yng Nghymru. Sicrhaodd Sir Fynwy, Rhondda Cynon Taf a Phowys grantiau yn uniongyrchol trwy Lleoedd Bwyd Cynaliadwy, a chafodd Blaenau Gwent gyllid gan Gyfoeth Naturiol Cymru – pob un â'r nod o ddatblygu partneriaethau bwyd newydd i greu systemau bwyd lleol iach, mwy cynaliadwy a thecach.

Cydnabu **Grŵp Gorchwyl a Gorffen Adferiad Gwyrdd** Llywodraeth Cymru bwysigrwydd sefydlu Partneriaethau Bwyd Cynaliadwy newydd yng Nghymru yn 2020, a rhoddwyd statws blaenoriaeth un i Synnwyr Bwyd Cymru a Lleoedd Bwyd Cynaliadwy i ddatblygu partneriaethau bwyd lleol ym mhob Awdurdod Lleol yng Nghymru. Mae partneriaethau 'Bwyd Da' yn cael eu hystyried yn alluogwyr blaengar sy'n helpu i gyfrannu at adferiad gwyrdd a chyfiawn, gan ysgogi newidiadau cadarnhaol i iechyd pobl, i'r economi ac i'r amgylchedd. Felly mae'r grantiau a ddyfarnwyd yn ddiweddar nid yn unig yn galluogi ardaloedd eraill yng Nghymru i gychwyn eu partneriaethau bwyd da eu hunain, ond maent hefyd yn caniatáu iddynt fod yn rhan o weledigaeth gyfunol ar gyfer rhoi iechyd a bwyd cynaliadwy wrth galon cymunedau a helpu i ddatblygu 'mudiad bwyd da' ymhellach yng Nghymru.

Mae Llywodraeth Cymru hefyd wedi ymrwymo i ddatblygu Economi Sylfaenol gref yng Nghymru, sy'n cynnwys y nwyddau a'r gwasanaethau bob dydd yr ydym i gyd yn eu defnyddio a'u hangen. Am fod bwyd yn un o brif gydrannau Economi Sylfaenol, bydd partneriaethau bwyd da yn helpu i ddod â phartneriaid lleol ynghyd er budd iechyd a ffyniant.

Mae Synnwyr Bwyd Cymru a Lleoedd Bwyd Cynaliadwy hefyd yn aelodau o **Gynghrair Polisi Bwyd Cymru** – clymblaid o sefydliadau a rhanddeiliaid sy'n adeiladu ac yn hyrwyddo gweledigaeth ar y cyd ar gyfer system fwyd Cymru – gan alw am fuddsoddi mewn seilwaith bwyd lleol, rhanbarthol a chenedlaethol ac mewn cymunedau.

Gyda phartneriaeth bwyd sefydledig yng Nghaerdydd, partneriaeth sy'n datblygu ym Mro Morgannwg a phedwar prosiect arall yn cael cyllid i ddatblygu partneriaethau newydd ym Mhowys, Sir Fynwy, Rhondda Cynon Taf a Blaenau Gwent, mae Synnwyr Bwyd Cymru yn falch o fod yn rhan o ymgyrch mor sylweddol i sefydlu a thyfu seilwaith yn seiliedig ar le, gan gyfrannu at y gwaith o ddatblygu 'mudiad bwyd da' a fydd yn y pen draw o fudd i iechyd, economi, cynaliadwyedd a ffyniant cymdeithasol cymunedau ledled Cymru.

Y rhaglenni rydym yn eu cefnogi

Rhaglen Gwella Gwyliau'r Ysgol – Yn cael ei chyflwyno drwy Gymdeithas Llywodraeth Leol Cymru a'i hariannu gan Lywodraeth Cymru.

Mae Rhaglen Gwella Gwyliau'r Ysgol, Bwyd a Hwyl, yn rhaglen addysg aml-asiantaeth arobryn seiliedig ar ysgolion, sy'n darparu brecwast a chinio iach o safon, sesiynau addysg bwyd a maeth, gweithgaredd corfforol strwythuredig a gweithgareddau cyfoethogi i blant sy'n byw mewn ardaloedd o angen yng Nghymru. Wedi'i ddatblygu a'i dreialu yng Nghaerdydd yn 2015, mae Bwyd a Hwyl bellach yn cael ei gyflwyno mewn ysgolion ar draws Cymru dan oruchwyliaeth CLlLC gyda Synnwyr Bwyd Cymru yn aelod allweddol o'r grŵp llywio.

Yn 2016 gweithiodd CLlLC gyda Bwyd Caerdydd i dreialu model y Rhaglen yn genedlaethol mewn 10 ysgol, gan weithio gyda 5 awdurdod lleol a 3 bwrdd iechyd lleol. Darparodd Prifysgol Caerdydd y **gwerthusiad** ac argymhellodd y dylid 'Uwchraddio'r model ymhellach er mwyn deall y buddion o ran addysg ac iechyd i blant a'u teuluoedd mewn gwahanol gyd-destunau.' Ariannodd Llywodraeth Cymru'r rhaglen yn rhannol yn 2017 ar gyfer 38 clwb mewn 12 awdurdod lleol ac ym mhob un o'r 7 bwrdd iechyd lleol. Mae cyllid parhaus gan Lywodraeth Cymru wedi galluogi'r rhaglen i dyfu i 77 cynllun mewn 21 awdurdod lleol gan gynnig bron i 4,000 o leoedd i ddisgyblion yn 2019.

Yng **nghyllideb ddrafft Llywodraeth Cymru** a gyhoeddwyd ym mis Rhagfyr 2020, roedd £2.2 miliwn yn ychwanegol wedi'i ddyrannu i'r Rhaglen Gwella Gwyliau'r Ysgol, a ddyblodd ei buddsoddiad bron i £4.9 miliwn yn 2021-22. Bydd hyn yn rhoi cyfleoedd i hyd at 14,000 o blant fod yn fwy actif, i fwyta'n iach, a datblygu cyfeillgarwch ar yr un pryd â manteisio i'r eithaf ar gyfleusterau ysgolion lleol mewn ardaloedd difreintiedig yn ystod gwyliau'r haf.

Mae Synnwyr Bwyd Cymru yn aelod o'r bwrdd cynghori ac mae'n parhau i gefnogi'r gwaith o ddatblygu'r rhaglen yn genedlaethol gan gynnwys datblygu Fframwaith Sicrwydd Ansawdd.

Children's Future Food Inquiry yn arwain at Ymgyrch Children's Right to Food

Dan arweiniad y Food Foundation

Mae'r ymgyrch Children's Right2Food yn fenter ar draws y DU a sefydlwyd i sicrhau bod pob plentyn yn y DU yn gallu cyrchu a fforddio bwyd da. Cafodd ei siapio gan ganfyddiadau Children's Future Food Inquiry dan arweiniad Llysgenhadon Bwyd Ifanc o bob rhan o'r DU, ac wedi'i gydlynu gan y Food Foundation.

Mae'r ymgyrch yn galw ar Lywodraethau i fynd i'r afael ag ansicrwydd bwyd plant ac anghydraddoldebau mewn gordewdra plentyndod, ac mae'n cyflwyno ei gweledigaeth yn y Children's #Right2Food Charter.

Lansiwyd y **Children's Right to Food Inquiry** yn 2018 fel yr ymgais gyntaf i siarad yn uniongyrchol ac yn systematig â phlant, pobl ifanc a'r rhai sy'n byw ac yn gweithio gyda nhw am brofiad plant o fwyd a sut mae'n effeithio ar eu bywydau. Arweiniwyd yr ymchwiliad gan bwyllgor seneddol trawsbleidiol a'i gefnogi gan bartneriaid ym mhob un o'r cenhedloedd datganoledig: Synnwyr Bwyd Cymru, Plant yng Nghymru, Children in Scotland a Children in Northern Ireland.

Sefydlodd yr ymchwiliad hwn fod **160,000 o blant** yn byw yng Nghymru nad ydynt yn gallu fforddio'r diet a argymhellir gan y Llywodraeth. Cyhoeddwyd adroddiad cychwynnol wedi hynny, yn dwyn y teitl **"What young people say about food"** a oedd yn cynnwys nifer o argymhellion. Yng Nghymru, ym mis Mai 2019, cyflwynodd Synnwyr Bwyd Cymru, ynghyd â'r Llysgenhadon Bwyd Ifanc o Ysgol Uwchradd Prestatyn, ganfyddiadau'r ymchwiliad a'u siarter **Children's Right2Food** i'r Prif Weinidog. Amlinellodd hyn gynllun i fynd i'r afael ag ansicrwydd bwyd plant ac amddiffyn hawl pob plentyn i fwyd trwy bolisïau wedi'u targedu.

I grynhoi, mae'r Siarter yn galw am y canlynol:

- **Comisiwn Hawliau Plant i Fwyd:** i fonitro a gwella bwyd plant
- Dechrau maethlon mewn bywyd i bob plentyn: gan fuddsoddi ym maeth plant o oedran ifanc
- Cinio iach bob dydd: gan gynnwys ehangu cymhwysedd Prydau Ysgol Am Ddim
- Atal y stigma sy'n gysylltiedig â thlodi bwyd
- Sicrhau bod iechyd plant yn dod cyn elw busnesau mawr: trwy wneud bwyd iach yn fwy fforddiadwy ac atal hysbysebu bwyd afiach

Mae pandemig Covid-19 wedi taflu miliynau o blant yn bellach i mewn i ansicrwydd bwyd, ac roedd llawer ohonynt eisoes yn ei chael yn anodd sicrhau diet da. O ystyried mor fawr yw'r her a phwysigrwydd iechyd a diet plant, mae'r darpariaethau a gyflwynir yn y siarter **Children's Right2Food** wedi'u diweddaru i ddarparu map ffordd ar sail tystiolaeth i'r llywodraeth sicrhau bod gan bob plentyn fynediad at ddiet iach. Mae yna **friff newydd** i gyd-fynd â'r Siarter, gyda chefnogaeth Synnwyr Bwyd Cymru, sy'n tynnu sylw at feysydd lle mae angen rhoi sylw brys i bolisi ar draws pedair gwlad y DU.

Mae'r Siarter hefyd yn llywio gwaith y Tasglu End Child Food Poverty – cynghrair o fusnesau ac elusennau dan arweiniad y pêl-droediwr Marcus Rashford. Ers mis Medi 2020, mae'r Tasglu wedi ymgyrchu i'r Llywodraeth ehangu a gwella rhaglenni bwyd plant yn unol ag argymhellion o Ran 1 y Strategaeth Fwyd Genedlaethol. Er bod cynnydd wedi'i wneud, mae'r alwad ar y Llywodraeth i ehangu cymhwysedd i Brydau Ysgol Am Ddim i fwy o blant difreintiedig yn dal heb ei hateb.

Mae Synnwyr Bwyd Cymru yn parhau i gefnogi gwaith yr ymgyrch Children's Right to Food yng nghyd-destun y DU ac i ddylanwadu ac eirioli Llywodraeth Cymru ynghylch yr angen i weithredu newidiadau i bolisi a fydd yn sicrhau bod plant yng Nghymru yn cael y dechrau gorau posibl mewn bywyd ar y cyd â Chynghrair Gwrth-dlodi Cymru.

Nerth Llysiau

Prif nod Nerth Llysiau yw cynyddu faint o lysiau sy'n cael eu bwyta gan blant ar draws y DU – menter a sefydlwyd yn 2018 ar ôl datblygu o waith Pys Plîs.

Mae Synnwyr Bwyd Cymru yn gweithio'n agos gyda Nerth Llysiau i gefnogi ei weithgareddau yng Nghymru.

80% of our children in the UK are not eating enough vegetables, with a third eating less than one portion a day. Veg Power works in close partnership with Peas Please and aims to use advertising and marketing to increase consumer demand and perceived value of vegetables.

Mae 80% o'n plant yn y DU heb fod yn bwyta digon o lysiau, gyda thraean yn bwyta llai nag un dogn y dydd. Mae Nerth Llysiau yn gweithio mewn partneriaeth glòs â Pys Plîs a'i nod yw defnyddio hysbysebu a marchnata i gynyddu'r galw gan ddefnyddwyr am lysiau a'r gwerth canfyddedig a roddant arnynt.

Yn 2018, ffurfiodd Nerth Llysiau bartneriaeth allweddol gydag ITV gan greu gyda'i gilydd yr ymgyrch Bwytewch y Llysiau i'w Llethu, a gyflwynwyd gyntaf yn 2019, gan wneud llysiau'n hwyl i blant.

Yn 2020 ymunodd Channel 4 & Sky ag ITV a Nerth Llysiau ar gyfer ail ymgyrch hysbysebu fwy a lansiad rhaglen ysgolion yr ymgyrch.

Gyda'i gilydd, yn ymgyrchoedd 2019 a 2020 ymddangosodd yr ymgyrch hysbysebu ar deledu ITV, Channel 4, Sky, Channel 5, a Nickelodeon gan gyrraedd 46 miliwn o bobl.

Yn ystod y ddwy flynedd ddiwethaf, mae'r ymgyrch Bwytewch y Llysiau i'w Llethu wedi ymddangos fel ymgyrch cyfryngau awyr agored; wedi creu a churadu cynnwys yn y wasg ac ar-lein; wedi gweithio gydag ITV ar gynnwys golygyddol ac wedi arloesi gydag egwyl hysbysebion cyfan gwbl am lysiau yn ystod pennod o The Voice – tybir mai dyma'r cyntaf o'i fath yn y byd.

Hyd yma, mae 1,500 o ysgolion o bob rhan o'r DU wedi ymgysylltu ag ymgyrch Bwytewch y Llysiau i'w Llethu, o 107 awdurdod lleol a chan gyrraedd 425,000 o ddisgyblion.

Yn ystod ymgyrchoedd Bwytewch y Llysiau i'w Llethu yn 2019 a 2020, helpodd Synnwyr Bwyd Cymru i hwyluso cefnogaeth sylweddol gan Lywodraeth Cymru, Cymdeithas Llywodraeth Leol Cymru, Cyngor Dinas Caerdydd, Cyngor

Bwrdeistref Sirol Caerffili a Chyngor Bro Morgannwg i gyflwyno gweithgareddau yng Nghymru.

Gyda chyllid gan **CLlLC** a Llywodraeth Cymru, cynhyrchwyd asedau ysgolion dwyieithog, a chrëwyd adran Gymraeg ar wefan **www.eatthemtodefeatthem.com**.

Gyda chefnogaeth hael gan **Castell Howell** – yn ystod ymgyrchoedd 2019 a 2020 – dosbarthwyd adnoddau dwyieithog i 249 o ysgolion cynradd ar draws 20 ardal awdurdod lleol yng Nghymru, gan gyrraedd dros 50,000 o blant.

Nododd Adroddiad Ysgol 2020 fod 66% o blant yng Nghymru yn cytuno bod yr ymgyrch yn gwneud i fwyta llysiau ymddangos yn fwy o hwyl a bod 57% o blant yn cytuno eu bod wedi bwyta mwy o lysiau nag arfer gartref yn yr wythnosau yn dilyn y gweithgareddau – gyda'r ymatebwyr yng Nghymru yn fwy cadarnhaol na chyfartaledd y DU. Dyma **fideo** hyfryd yn cipio rhai o'r gweithgareddau Bwytewch y Llysiau i'w Llethu yn Ysgol Gynradd Ninian Park yng Nghaerdydd yn 2020.

Hyd yn hyn, mae ymgyrch **Bwytewch y Llysiau i'w Llethu** wedi cael effaith gadarnhaol o 2.3% ar werthiannau llysiau yn y DU.

Mae dadansoddiad econometreg o ddata gwerthiannau manwerthu yn dangos bod yr ymgyrch wedi cynhyrchu £63 miliwn yn ychwanegol mewn gwerthiant llysiau, sy'n cyfateb i dros 500 miliwn o ddognau plant.

Yn 2020, cyflwynodd Nerth Llysiau ymgyrch cyfryngau cymdeithasol hefyd i annog mwy o bobl i brynu a choginio llysiau tymhorol. Ar ôl adeiladu gwefan addysgol yn llawn ryseitiau gan enwogion, estynnodd Nerth Llysiau at ei rwydwaith o ddylanwadwyr yn y cyfryngau cymdeithasol i gael cefnogaeth ac ers hynny mae wedi cyrraedd dros 11 miliwn o bobl.

Disgwylir i ymgyrch **Bwytewch y Llysiau i'w Llethu** 2021 fod yr ymgyrch fwyaf eto gydag ymgyrch hysbysebu teledu gwerth £3 miliwn a'i rhaglen ysgolion fwyaf ar gyfer 500,000 o blant ar draws y DU gan gynnwys adnoddau dwyieithog ar gyfer 55,000 o blant yng Nghymru.

Gwaith Polisi ac Eiriolaeth

Cynghrair Polisi Bwyd Cymru

Mae Synnwyr Bwyd Cymru yn un o aelodau sefydlu Cynghrair Polisi Bwyd Cymru, cynghrair o sefydliadau a rhanddeiliaid sy'n adeiladu ac yn hyrwyddo gweledigaeth ar y cyd ar gyfer system fwyd Cymru. Roedd Synnwyr Bwyd Cymru yn allweddol wrth ffurfio'r grŵp, a gychwynnodd fel triawd o sefydliadau – RSPB Cymru, WWF Cymru a Synnwyr Bwyd Cymru – yn archwilio ffyrdd o godi proffil y system fwyd gyda Chomisiynydd Cenedlaethau'r Dyfodol.

Rhoddodd y grŵp a oedd yn datblygu gefnogaeth i WWF Cymru pan gomisiynodd **Sefydliad Lleoedd Cynaliadwy** Prifysgol Caerdydd i ymchwilio i sut fyddai **"System Fwyd sy'n Addas ar gyfer Cenedlaethau'r Dyfodl"** yn edrych. Cynhaliwyd cyfarfodydd gyda'r Comisiynydd a chynhwyswyd y system fwyd yn **Adroddiad Cenedlaethau'r Dyfodol 2020** lle gwnaeth argymhelliad polisi allweddol **i datblygu strategaeth system fwyd i Gymru yn cysylltu pob rhan o'r system fwyd o'r fferm i'r fforc** (t.227).

Cefnogodd y grŵp Gomisiynydd Cenedlaethau'r Dyfodol hefyd gyda'i galwadau dilynol ar Lywodraeth Cymru i gyflwyno cyllideb Adferiad Gwyrdd

"yn benodol ynghylch yr alwad i fuddsoddi mewn natur a rhoi blaenoriaeth i gyllid a chymorth ar gyfer adfer, creu a gwella cysylltedd cynefinoedd a bywyd gwyllt ar raddfa fawr ar hyd a lled Cymru – yn cynnwys ar gyfer amddiffynfeydd llifogydd naturiol, er mwyn gweithredu'r goedwig genedlaethol newydd ac i sicrhau bod rheolaeth o ddefnydd tir ac amaeth yn cefnogi cadwyni a dosbarthiad bwyd lleol sicr."

Mae Cynghrair Polisi Bwyd Cymru bellach yn dylanwadu'n uniongyrchol ar randdeiliaid allweddol ac yn ddiweddar cafodd sylw sylweddol yn y **cyfryngau** yn gysylltiedig â'i ofyniad 'Bwyd i Iechyd y Cyhoedd', yng Nghymru ac ar draws y **Deyrnas Unedig**. Cynhaliwyd dadl hefyd yn y Senedd ym mis Rhagfyr 2020 yn ymateb yn uniongyrchol i lawer o'r blaenoriaethau a amlinellwyd gan y Gynghrair ym maniffesto 2021 y grŵp. Cyflwynwyd y maniffesto yn swyddogol yn ystod Grŵp Trawsbleidiol y Senedd ar Fwyd, hefyd ym mis Rhagfyr.

Synnwyr Bwyd Cymru sy'n darparu'r **Ysgrifenyddiaeth** i Gynghrair Polisi Bwyd Cymru ac mae hefyd yn rhoi cefnogaeth Cyfathrebu i'r grŵp.

Trwy gydweithredu, ymgysylltu ac ymchwil nod y Gynghrair yw:

- Cyd-gynhyrchu gweledigaeth ar gyfer system fwyd yng Nghymru sy'n cysylltu cynhyrchu, cyflenwi a defnyddio ac yn rhoi ystyriaeth gyfartal i iechyd a lles pobl a natur.
- Eirioli dros newid polisi i fynd i'r afael ag argyfyngau hinsawdd ac ecolegol, argyfwng iechyd y cyhoedd a'r cynnydd mewn ansicrwydd bwyd.
- Sicrhau bod Cymru wedi'i chysylltu â pholisi'r DU, cyfleoedd ymchwil a'r system fyd-eang ehangach.

Ym mis Rhagfyr 2020, cyhoeddodd Cynghrair Polisi Bwyd Cymru ei **Maniffesto** sy'n cyflwyno gweledigaeth ar y cyd ar gyfer datblygu system fwyd sy'n unigryw i Gymru ac sy'n addas ar gyfer Cenedlaethau'r Dyfodol.

Dyma ddarlun o'r blaenoriaethau a amlinellir ym Maniffesto 2021 Cynghrair Polisi Bwyd Cymru:

Cynghrair Polisi Bwyd Cymru

Comisiwn System Fwyd

O fewn blwyddyn gyntaf ei dymor, dylai Llywodraeth nesaf Cymru benodi Comisiwn System Fwyd annibynnol, traws-sector. Dylai'r comisiwn fod yn gyfrifol am ddatblygu rhaglen fapio i gyflenwi 'System Fwyd sy'n addas ar gyfer Cenedlaethau'r Dyfodol', sy'n gweddu i egwyddorion amaethecoleg. Dylai'r rhaglen fapio ystyried y chwe phrif flaenoriaeth ganlynol:

1. Bwyd i bawb

Cymru fydd y genedl gyntaf i ddileu'r angen ar gyfer banciau bwyd erbyn 2025. Bydd gan bawb yng Nghymru fynediad at y bwyd sydd ei angen arnynt mewn ffordd urddasol, er mwyn byw bywyd iach.

2. Bwyd er budd iechyd y cyhoedd

Cynhyrchir 75% o'r llysiau a argymhellir gan Eatwell mewn ffordd gynaliadwy yng Nghymru ar gyfer Cymru erbyn 2030.

3. System fwyd sero net

Datblygu cynllun erbyn 2022 i gyflenwi system fwyd sero net i sicrhau asesu a gweithredu camau cyflym ar gyfer Cymru. Y targed yw i Gymru gael System Fwyd Sero Net erbyn 2035.

4. Ffermio er budd natur a'r hinsawdd

Llunio rhaglen fapio erbyn 2022 i fabwysiadu egwyddorion amaethecolegol ar draws yr holl system fwyd gan gynnwys 100% o gynhyrchiant amaethecolegol erbyn 2030 ar bob fferm, er mwyn atal a gwyrdroi'r natur a gollir ac i gynyddu cydnerthedd o safbwynt yr hinsawdd.

5. Bwyd môr cynaliadwy

Gosod cyfyngiadau dalfeydd (heb unrhyw oedi pellach) sy'n galluogi adfer a chynnal stociau pysgod uwchben lefelau biomas sy'n arwain at Uchafswm Cnwd Cynaliadwy.

6. Swyddi a bywoliaethau cynaliadwy yn y sector bwyd

Bydd pawb sy'n ennill bywoliaeth yn y system fwyd yn derbyn, neu'n gallu derbyn, o leiaf cyflog byw neu gyflog teg am eu gwaith. Bydd y gwaith, boed ar y tir neu'r môr, yn rhydd rhag arferion o gamddefnyddio, ac yn amrywiol, yn ddiddorol ac yn rymusol.

Aelodaeth o Fyrddau a Grwpiau

Mae gan Synnwyr Bwyd Cymru gynrychiolaeth ar nifer o Fyrddau a Grwpiau sy'n gysylltiedig â systemau bwyd – ar draws Cymru a'r DU. Dyma gipolwg:

- Bwrdd Diwydiant Bwyd a Diod Cymru
- Bwrdd Gweithredu Pwysau Iach, Cymru Iach
- Grŵp Cyfathrebu Pwysau Iach, Cymru Iach
- Grŵp Rhanddeiliaid Hawliau Dynol – sydd hefyd yn bwydo i mewn i Grŵp Trawsbleidiol y Senedd ar Hawliau Dynol
- Cynghrair Gwrth-dlodi – sydd hefyd yn bwydo i mewn i Grŵp Trawsbleidiol y Senedd ar Dlodi
- Mynychu a chyfrannu at Grŵp Trawsbleidiol y Senedd ar Fwyd
- Bwrdd Nerth Llysiau
- Cynghrair Tlodi Bwyd y DU

Astudiaeth Achos

Mesur a Monitro Ansicrwydd Bwyd

Mae Sicrwydd Bwyd yn golygu bod yn sicr o'ch gallu i sicrhau digon o fwyd o ansawdd a chyfaint digonol, i'ch galluogi i gadw'n iach a chymryd rhan mewn cymdeithas. Mae'n fesur o amddifadedd materol difrifol.

Mae Synnwyr Bwyd Cymru yn rhan o Gynghrair Tlodi Bwyd y DU ac fel rhan o'r glymblaid honno, mae wedi bod yn eirioli dros fesur Ansicrwydd Bwyd Cenedlaethol, a oedd yn un o'r argymhellion a nodwyd yn adroddiad Tlodi Bwyd De Cymru **"Galwad i Weithredu"** a gyhoeddwyd ym mis Chwefror 2019.

Yn ystod yr un amser, **cyhoeddwyd** bod Adran Gwaith a Phensiynau Llywodraeth y DU wedi cytuno ar fesur Ansicrwydd Bwyd Cenedlaethol, sy'n adlewyrchiad o bŵer cydweithredu a ddangoswyd ar draws y pedair gwlad. Roedd hwn yn ddatblygiad i'w groesawu. Fodd bynnag, heb ddata penodol i Gymru, mae'n anodd deall ehangder ansicrwydd bwyd ar draws daearyddiaeth Cymru neu yn wir a yw ymyriadau i liniaru effaith Covid 19 ar ansicrwydd bwyd yn effeithiol (e.e. parseli i bobl yn gwarchod eu hunain yn ystod y cyfnod clo cyntaf). Mae hyn yn arbennig o ddybryd wrth i'r dystiolaeth ynghylch y cysylltiadau rhwng canlyniadau Covid-19 ac anghydraddoldebau iechyd barhau i gynyddu.

Mae angen i ni fod yn mesur ac yn monitro ansicrwydd bwyd ar lefel Cymru er mwyn sicrhau:

1. Bod rhwydi diogelwch cenedlaethol (y DU a Chymru) yn ddigonol i atal pobl rhag syrthio i ansicrwydd bwyd
2. Bod ymatebion awdurdodau lleol y gorau y gallant fod o ran sicrhau bod y rhai cymwys yn derbyn buddion ac yn cymryd rhan mewn cynlluniau
3. Nad yw'r rhai sydd â nodweddion gwarchodedig yn cael eu heffeithio'n anghymesur fel y mae'r data yn ei awgrymu ar hyn o bryd, ac felly'n ehangu anghydraddoldebau

Yn ystod 2020, bu Synnwyr Bwyd Cymru yn gweithio gyda Llywodraeth Cymru mewn ymateb i bandemig Covid i sicrhau bod cwestiynau ychwanegol am Ansicrwydd Bwyd yn arolwg Cenedlaethol Cymru. Mae'r canlyniadau diweddaraf o fis Medi 2020 yn awgrymu bod 10% o bobl yn profi ansicrwydd bwyd.

Bellach mae angen adeiladu ar y gwaith hwn i sicrhau bod data hydredol ystyrlon ar gael, ac y gellir ei archwilio ar lefel awdurdod lleol i helpu i fonitro ac ymateb i'r sefyllfa sy'n newid. Yn wir, o ganlyniad i'r gwaith hwn, gwnaeth Bwyd Caerdydd integreiddio'r mesur Ansicrwydd Bwyd Cenedlaethol yn lleol yn **arolwg Holi Caerdydd 2020 Cyngor Caerdydd**.

Holi Caerdydd yw arolwg blynyddol Cyngor Caerdydd o'i breswylwyr, a gynhelir gan Ganolfan Ymchwil Caerdydd. Rhedodd arolwg 2020 rhwng 12 Hydref a 22 Tachwedd 2020 ac roedd yn cynnwys tri chwestiwn ynghylch ansicrwydd bwyd.

Mae'r canlyniadau'n dangos bod 11.5% o'r ymatebwyr wedi nodi eu bod wedi bwyta prydau llai neu wedi hepgor prydau bwyd yn llwyr oherwydd na allent fforddio bwyd yn ystod y 6 mis diwethaf. Mae angen tynnu sylw at y nifer o bobl sy'n nodi eu bod yn anabl ac wedi profi ansicrwydd bwyd yn ystod y 6 mis diwethaf – mae 16% yn nodi eu bod wedi bwyta prydau llai neu hepgor prydau bwyd gan nad oeddent yn gallu fforddio bwyd, ac mae 18.7% yn nodi na allent gael gafael ar fwyd. Mae'r canlyniadau hyn yn pwysleisio'r angen i awdurdodau lleol fesur a monitro ansicrwydd bwyd ar lefel leol.

Gellir gweld dadansoddiad llawn o'r adroddiad **yma**.

Camau nesaf

Llamu i mewn i 2021/2022

Bydd Synnwyr Bwyd Cymru yn:

Cefnogi'r gwaith o ddatblygu dull Partneriaeth Bwyd Cynaliadwy yng Nghymru. Yn 2021 byddwn yn hwyluso'r gwaith o ddatblygu Bwrdd Partneriaeth Lleoedd Bwyd Cynaliadwy Cymru, yn sicrhau bod o leiaf 6 lle newydd yn dod yn rhan o'r Rhwydwaith Lleoedd Bwyd Cynaliadwy yn ffurfiol ac yn cefnogi 4-6 o leoedd i sicrhau grantiau 2 flynedd ar gyfer Cydlynwyr Lleoedd Bwyd Cynaliadwy. Ein nod hirdymor yw cael partneriaeth bwyd gynaliadwy ym mhob awdurdod lleol yng Nghymru trwy integreiddio a darparu polisi lleol (e.e. trwy Gynlluniau Llesiant) a chymunedau bwyd da.

Byddwn yn parhau i eirioli dros gynllun ledled Cymru i bontio i system fwyd deg ac i ddileu'r angen am gymorth bwyd. Er enghraifft, byddwn yn parhau i adeiladu'r achos dros fesur a monitro ansicrwydd bwyd ar lefel leol; dros ehangu cymhwysedd Prydau Ysgol Am Ddim - gan gysylltu â chyfleoedd yn yr economi Sylfaenol, ac er mwyn adlewyrchu gwir fudd-gost economïau bwyd lleol iach a chynaliadwy iwrth lunio polisïau trwy fabwysiadu egwyddor economeg Llesiant.

Ceisio ennill statws Arian Lleoedd Bwyd Cynaliadwy ar gyfer Bwyd Caerdydd a dechrau cyflwyno strategaeth a fydd yn gosod y Brifddinas ar y llwybr tuag at ennill statws Aur.

Parhau i ddatblygu ein gwaith Pys Plîs ac i gefnogi'r gwaith o gyflwyno Nerth Llysiau yng Nghymru. Yn benodol, byddwn yn cyhoeddi canlyniadau'r peilot Garddwriaeth ac yn defnyddio'r canlyniadau i wthio am newid mewn polisi garddwriaeth. Fel rhan o dîm ehangach Pys Plîs, byddwn yn cyhoeddi ac yn hyrwyddo Ffeithiau Llysiau, Adroddiad Bwyd Ysgol Pys Plîs ac adroddiad Llais y Bobl ochr yn ochr â'n gwaith i adnewyddu a sicrhau addunedau newydd. Byddwn hefyd yn cyflwyno Uwchgynhadledd Llysiau Cymru ochr yn ochr â digwyddiadau yn ein cenhedloedd partner.

Gyda thîm ehangach Dewch at Eich Gilydd Bwyd am Oes, byddwn yn cyd-greu cam newydd cyffrous o'r rhaglen Dewch at Eich Gilydd Bwyd am Oes a fydd yn adeiladu ar yr hyn a ddysgwyd yn 2020. Bydd y gwaith hwn yn cysylltu'n strategol â'n rhaglen eiriolwyr Llysiau a'n dull Lleoedd Bwyd Cynaliadwy i gefnogi'r gwaith o ddatblygu mudiad bwyd da yng Nghymru.

Parhau i adeiladu momentwm a chefnogaeth ar gyfer gweledigaeth gyfunol ar gyfer bwyd yng Nghymru trwy ein gwaith gyda Chynghrair Polisi Bwyd Cymru. Mae cyfathrebu a chefnogaeth ysgrifenyddiaeth wedi bod yn allweddol wrth yrru gwaith cynnar y Gynghrair yn ei flaen a byddwn yn manteisio ar hyn ymhellach yn ystod 2021. Yn benodol, byddwn yn parhau i ddylanwadu ar y rhai sy'n gwneud penderfyniadau trwy ymatebion ymgynghori, cyfarfodydd, cyflwyniadau, ymchwil a chyhoeddiadau ac yn ceisio cynyddu cyfleoedd i wrando ar leisiau o bob agwedd ar y System Fwyd. Ymhlith y cyfleoedd allweddol mae COP 26, cefnogi'r gwaith o ddatblygu gwaith economi Sylfaenol Bwyd yng Nghymru, yr uwchgynhadledd Systemau Bwyd, ymateb i ymgynghoriadau ar ddyfodol Amaethyddiaeth yng Nghymru a chreu glasbrint ar gyfer Comisiwn Systemau Bwyd i'w gyflwyno i'r Llywodraeth nesaf.

Bod yn rhan o'r gwaith o ddatblygu Mudiad Bwyd Da Cymru trwy ein gwaith rhaglennol a thrwy gydweithrediad ehangach â rhanddeiliaid yng Nghymru.

Parhau i greu'r achos i ehangu cymhwysedd ar gyfer Prydau Ysgol Am Ddim yn gysylltiedig â'r Economi Sylfaenol ac economeg lles.

Archwilio sut y gall Synnwyr Bwyd Cymru esblygu orau i gyflawni ein huchelgeisiau. Byddwn yn cychwyn ar y siwrnai hon trwy benodi "Grŵp Arbenigol" i gynghori ac arwain ein datblygiad.

Datblygu brand Synnwyr Bwyd Cymru a chreu gwefan ddeinamig newydd i helpu i godi ein proffil ymhellach, gan ein galluogi i dynnu sylw at yr effaith gadarnhaol y mae ein gwaith rhaglennol ac eiriolaeth yn ei chael ar gymunedau ar draws Cymru.

I gael rhagor o wybodaeth neu i siarad ag unrhyw aelod o'r tîm, cysylltwch â **foodsensewales@wales.nhs.uk**

Gallwch hefyd ddilyn Synnwyr Bwyd Cymru ar Twitter a Facebook **@foodsensewales**

Termau

1. Agroecoleg:

Mae agroecoleg yn seiliedig ar gymhwyso egwyddorion ecolegol i wneud y gorau o'r perthnasoedd rhwng planhigion, anifeiliaid, bodau dynol a'r amgylchedd, ynghyd â chryfhau'r agweddau ar system fwyd gynaliadwy a theg.

Trwy adeiladu'r perthnasoedd hyn, mae agroecoleg yn cefnogi cynhyrchu bwyd, diogelwch bwyd a maeth, wrth adfer yr ecosystemau a bioamrywiaeth sy'n hanfodol ar gyfer amaethyddiaeth gynaliadwy. Gall agroecoleg chwarae rhan bwysig wrth addasu i newid yn yr hinsawdd.

Mae agroecoleg wedi'i seilio ar ddylunio a threfnu lle-benodol, cnydau, da byw, ffermydd a thirweddau, gan warchod amrywiaeth ddiwylliannol a gwybodaeth, gyda ffocws ar rolau menywod a phobl ifanc mewn amaethyddiaeth.

Er mwyn harneisio'r holl fuddion o fabwysiadu dulliau agroecolegol, mae angen yr amodau cywir, gan addasu polisïau, buddsoddiadau cyhoeddus, sefydliadau a blaenoriaethau ymchwil. Agroecoleg yw'r sylfaen ar gyfer tyfu systemau bwyd sydd yr un mor gryf mewn dimensiynau amgylcheddol, economaidd, cymdeithasol ac agronomeg. (**Wedi'i addasu o FAO 2019 y Cenhedloedd Unedig**).

2. Dinasyddiaeth Bwyd:

Mae Dinasyddiaeth Bwyd yn archwilio'r syniad nad defnyddwyr ar ddiwedd y gadwyn yn unig ydym ni, ond yn hytrach, cyfranogwyr yn y system fwyd yn ei chyfanrwydd (**Cyngor Moeseg Bwyd / Food Ethics Council**).

3. Hwb Bwyd:

Mae hybiau bwyd yn endidau sy'n eistedd rhwng pobl sy'n cynhyrchu bwyd a phobl sy'n ei ddefnyddio, yn casglu bwyd gan dyfwyr a'i ddosbarthu naill ai i gwsmeriaid masnachol neu'n uniongyrchol i ddefnyddwyr. Yn aml, maent yn canolbwyntio ar helpu cyflenwyr ar raddfa fach i ddod o hyd i farchnadoedd, a gweithredu o fewn fframwaith moesegol penodol. Gallant lenwi bylchau yn y seilwaith bwyd lleol, helpu defnyddwyr i ddod o hyd i gynnyrch lleol, cefnogi mathau newydd o fanwerthu bwyd, deori mentrau bwyd, neu greu lle ar gyfer addysg gymunedol a gweithredu. (**Papur Trafod Polisi Bwyd Cydweithrediad Ymchwil Bwyd**).

4. Ansicrwydd Bwyd:

Sefyllfa sy'n bodoli pan nad oes gan bobl fynediad diogel at ddigon o fwyd diogel a maethlon ar gyfer twf a datblygiad arferol a bywyd egnïol ac iach. (Sefydliad Bwyd ac Amaeth y Cenhedloedd Unedig).

5. Partneriaeth Bwyd:

Grŵp traws-sector o sefydliadau ac unigolion, megis awdurdodau lleol, byrddau iechyd, busnesau bwyd, grwpiau cymunedol ac elusennau, sy'n gweithio gyda'i gilydd i wella'r system fwyd leol.

6. Systemau Bwyd:

Wrth sôn am y system fwyd, rydym yn golygu: yr holl actorion a chysylltiadau sy'n rhan o dyfu, cynhyrchu, gweithgynhyrchu, cyflenwi a defnyddio bwyd. Mae'n cynnwys amaethyddiaeth, pysgodfeydd, gweithgynhyrchu bwyd, manwerthu, gwasanaethau bwyd, defnydd a gwastraff. Mae'n cynnwys ysgogwyr cymdeithasol ac economaidd dewisiadau a dynameg o fewn y system, ac yn torri ar draws pob graddfa ac agwedd ar bolisi, gan gynnwys yr economi, yr amgylchedd, busnes, addysg, lles, iechyd, trafnidiaeth, masnachu, cynllunio a llywodraeth leol.

7. Economi Sylfaenol:

Mae'r gwasanaethau a'r cynnyrch yn yr economi sylfaenol yn darparu'r nwyddau a'r gwasanaethau sylfaenol mae pob dinesydd yn dibynnu arnynt a'r rhai sy'n ein cadw ni'n ddiogel, yn gadarn ac yn waraidd. Mae gwasanaethau gofal ac iechyd, bwyd, tai, ynni, adeiladu, twristiaeth a manwerthu ar y stryd fawr i gyd yn enghreifftiau o'r economi

sylfaenol. Mae'r diwydiannau a'r cwmnïau sydd yno'n bodoli oherwydd bod pobl yno. Mae amcangyfrifon yn awgrymu eu bod yn gyfrifol am un o bob deg swydd ac am £1 o bob tair rydyn ni'n eu gwario. Mewn rhai rhannau o Gymru, yr 'economi sylfaenol' hon yw'r economi (**Llywodraeth Cymru**).

8. Symudiad Bwyd Da:

Yn ôl Lleoedd Bwyd Cynaliadwy, mae gyrru symudiad tuag at fwyd iachach a mwy cynaliadwy yn gofyn am ymwybyddiaeth gyhoeddus uchel o faterion bwyd a chyfranogiad eang o ran gweithgareddau sy'n gysylltiedig â bwyd, gan unigolion a sefydliadau, fel rhan o symudiad cynyddol o ddinasyddiaeth bwyd gweithredol. Y ffordd o gyflawni hyn yw: cyfathrebu a digwyddiadau y gall ysbrydoli pobl am rôl, pwysigrwydd a llawenydd bwyd da; cyfleoedd ymgysylltu ymarferol fel tyfu, coginio a rhannu bwyd ym mhob cymuned; a rhwydwaith wedi'i hwyluso lle gall actorion bwyd o bob math gysylltu a chydweithio ar-lein ac yn bersonol fel rhan o fudiad bwyd da lleol. (**Lleoedd Bwyd Cynaliadwy**).

9. Pantri:

Mae Pantris yn mynd y tu hwnt i'r model banc bwyd, gan greu datrysiad cynaliadwy a hirdymor i dlodi bwyd. Mae aelodau'n talu ffi wythnosol fach, fel arfer £3.50, a gallant ddewis o leiaf deg eitem o fwyd bob wythnos, ynghyd â chael cyfleoedd ychwanegol i wirfoddoli a hyfforddi. Mae'r aelodau wedi nodi gwell sefyllfaoedd ariannol, gwell iechyd a lles a llai o unigedd. Canfu Adroddiad Effaith Gymdeithasol 2018 hefyd am bob £1 a fuddsoddwyd yn y patris maent yn cynhyrchu enillion o £6 mewn gwerth cymdeithasol. Darllenwch yr adroddiad **yma**.

Mae'r prosiect Your Local Pantry, sy'n cael ei redeg ar y cyd gan **Foundations Stockport a Church Action on Poverty**, bellach yn cael ei gyflwyno ledled y wlad, gyda chymunedau'n cael eu gwahodd i sefydlu eu Pantris cysylltiedig eu hunain (**Eich Pantri Lleol**).

10. Caffael Bwyd Cyhoeddus:

Defnyddiwyd caffael cyhoeddus yn gyffredin fel offeryn i fynd ar drywydd canlyniadau cymdeithasol, economaidd ac amgylcheddol. Mae llywodraethau ym mhob rhan o'r byd yn defnyddio eu pŵer marchnad i yrru gwahanol nodau polisi. Mewn dull tebyg, gall caffael bwyd cyhoeddus hefyd fod yn offeryn i feithrin datblygiad amaethyddol trwy gyfeirio galw bwyd y llywodraeth at gyflenwyr domestig, yn enwedig ffermwyr tyddyn. (**Sefydliad Bwyd ac Amaeth y Cenhedloedd Unedig**).

10. Economi Llesiant:

Economi sydd wedi'i chynllunio gyda'r pwrpas o wasanaethu lles pobl a'r blaned yn anad dim; wrth wneud hynny, mae'n darparu cyfiawnder cymdeithasol ar blaned iach. (**Cynghrair Economi Llesiant**)

Gyda diolch

GIG CYMRU NHS WALES | Iechyd Cyhoeddus Cymru Public Health Wales

GIG CYMRU NHS WALES | Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro Cardiff and Vale University Health Board

Cardiff & Vale HealthCharity ElusenIechyd Caerdydd a'r Fro

Registered Charity No. 1056544

CRONFA GYMUNEDOL COMMUNITY FUND

Esmée Fairbairn FOUNDATION